

広
報

みまた

2

平成13年

如
月

No.366

的をめぐって

1月14日、消防出初め式で放水した幼年消防クラブ（岩下橋下流の河川敷、6ページに記事）。



M I M A T A

2001 FEBRUARY



花と緑と水のまち

食の省エネでスマートライフ



2月は省エネルギー月間

地球温暖化や資源の減少など、いま地球がかかえる大きなテーマは、私たち一人一人の上手な暮らし方「スマートライフ」につながっています。そこで、簡単にできるヒントを、毎日の生活に最も身近な「食」というテーマから探ってみました。無理せず、楽しく、できることから始めて、おいしい食卓に省エネをプラスしてみませんか？

スマートライフとは？

省エネルギーを「がまん」や「節約」というイメージでとらえるのではなく、もっと地球規模で考えて、エネルギーを効率的に使い、賢くシンプルな生活を実践しているという新しい省エネ型のライフスタイルのことです。

食生活には、さまざまな場面でエネルギーが消費されます

- 購入—車で買いに行くとかソリンを使います
- 保存—冷蔵庫は一年中電気を使います
- 調理—調理にもガスや電気を使います
- 後処理—皿洗いのお湯にもガスや電気を使います
- 廃棄—食品廃棄はエネルギーをムダにします

食生活でどのくらいエネルギーを使っているの？

冷蔵庫、ガスコンロ、湯沸器で、使用エネルギーの86%



一日一世帯当たりの食生活にかかるエネルギー使用量は、七ろを重点的に気をつければ効果六六〇kcal。中でも特に、冷蔵庫、ガスコンロ、湯沸器、この三つが多くを占めています。すべてのことについて省エネを心がけようとする大変ですが、イントになります。

地球の平均気温が上昇する「地球温暖化」が問題になっています。地球の温暖化は、二酸化炭素(CO₂)などの温室効果ガスの増大が大きな原因とされています。日本で現在排出されているCO₂の約半分が、私たちの家庭生活に関連して排出されているものです。生活が便利になる一方で、CO₂の増加にもつながっています。このままCO₂の排出が続くと、海面の上昇や異常気象による災害、食糧不足が予想されます。私たちが省エネルギーを心がけるといことは、CO₂の排出量を減らすことになり、地球温暖化の防止に役立つのです。

私たちの暮らしが地球を温めている



毎日のことだから省エネにも腕をふるいます

かしこい使い方

冷凍冷蔵庫



詰め込み過ぎは禁物

食品の詰め込み過ぎは、冷気の流れを悪くしてしまいます。冷蔵しなくてもいいものまで入っていませんか？

開けなくても分かる冷蔵庫の在庫メモ



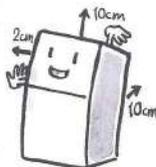
ダブリ買いやムダな開閉を防げます

●ドアの開閉は短く必要最小限に
ドアを開けるたびに、外の暖かい空気が入り込み、消費電力量がアップします。食品は手早く取り出せるように庫内は整理しておきましょう。

●熱いものは冷ましてから
熱いものは冷ましてから入れないと、消費電力量がアップします。

設置は風通しのよい所に、隙間を忘れずに

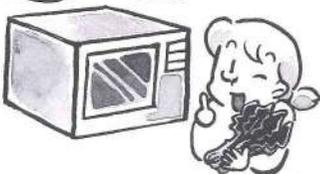
冷蔵庫の設置は直射日光や暖房を避けて風通しのよい所に。「後ろピタリタイプ」の冷蔵庫以外は背面・上面10cm以上、両側面は2cm以上の隙間を空けて設置しましょう。



●季節に合わせて適温設定
食品の入れ具合に応じて、設定温度をこまめに調節しましょう。

●パッキングに注意
ドアのパッキングが破損していると、電気のムダになります。ドアの間に紙をはさみ、すり落ちるようなら交換を。

煮物などの下ごしらえは電子レンジを活用



時間も手間も、エネルギーも減らすことができます

ガスコンロ



●コンロの中火は経済火力
お湯をわかすときに、鍋底からはみ出さない程度の中火が経済的です。

●鍋底の水滴はふいてから
鍋底に水滴がついている鍋は、熱効率率が下がります。

●湯沸器のお湯を使えばおトク
湯沸器のお湯を使えば、時間も大幅に短縮されます。

湯沸器



温度設定はできるだけ低温に

食器や食品をお湯で洗うときは、できるだけ低温に。また、洗うときは水を流したままにせず、洗いおけを使うなどこまめに水を止めましょう。

▶先月、オーストラリアから無事に帰ってきました。暑かったですよ!! 天気がよくて、ゆっくりすることができました!!



◀ケアンズのグリーン島でサーフスキーに乗りました。長さは6メートルくらいです。島の周りを一周するのに、30分しかかからないです。小さい島ですね!!



▲妹の結婚式です。左から、妹、お母さん、おばあちゃん、ジェイミーです。シドニーで歴史があって有名な教会で式を挙げました。その後ホテルに行って、食事をしながらスピーチがあったり、みんな踊ったり、楽しい時間を過ごしました。



▲マウンテンバイクの試合。バイクをもって川を走らないといけない! つかれる!



◀チームメンバーです。ジェイミーが一番右です。

ジェイ 三股 ページ

オーストラリアの百年祭を知っていますか?



今年で、オーストラリアがイギリスから独立をして、100年たちます。私がオーストラリアに帰った時、100年祭のキャンペーンが行われていました。

た。今年はオーストラリアで色々な祭りやイベントが計画されています。オーストラリア、おめでとうございます!!

オーストラリアに行こうと思っている人は、ぜひ私に連絡ください。
(色々なアドバイスと情報をさしあげます!)



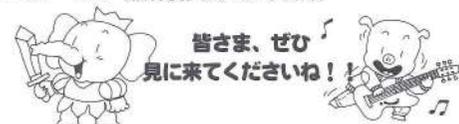
今年、宮崎で県内の国際交流員と英語指導助手と日本人が演劇をします。最高の国際イベントになると思いますので、ぜひ見に来てください。演劇の題は、「宮崎風のオズの魔法使い」です。劇のパフォーマンスは日本語と英語を半分ずつ使いますので、英語が分からなくても、劇の内容は分かります。

私は、皆さんが知っていると思いますが、「ルバト」というブリキのロボットを演じますので応援してください。

会場：宮崎市の「オルブライトホール」
開催日：4月7日(土) 14:00~16:00
8日(日) 15:00~17:00
14日(土) 14:00~16:00

チケット：大人1,000円
子ども(高校生まで) 500円

※前売り券のみの販売
問い合わせ：
国際交流員ジェイミーまで
☎ 52-1111 (教育委員会生涯学習課)



皆さま、ぜひ見に来てくださいね!!

ふるさとへの便り



財部 幸久さん

勝岡出身

三股町の皆さん、こんにちは。私は、故郷三股を離れて、現在埼玉に親子五人で暮らしています。

幼いころから大都会東京に憧れて、高校卒業と同時に東京の方へ出て行きました。当時、兄弟四人のうち、すでに二人が東京で暮らしていたせいもあって、都会で生活する不安はありませんでした。というより、怖いもの知らずだったのかも知れません。東京に出て四年目、二十二歳の時に父親を亡くしました。突然の不幸で、目の前が真っ暗になりましたが、周囲の皆さんの温かい励ましがあり、なんとか苦悩を乗り越えることができました。故郷を出て都会暮らしが長くなりましたが、今でも脳裏に浮かぶことは、高校卒業までの数多くの色々な思い出です。魚釣りや小学校のグラウンドでソフトボールやサッカーに学年を問わず一緒に遊んだことなどです。東京の方では、毎年一回開かれている「在京三股会」があります。関東の各地から大勢の人が集まり、三股の話題が中心になります。毎年、大変楽しみにしています。三股町から町長などがお越し



「右が私です」

になり、現在の三股の状況が報告されます。県で一、二番の人口増になって繁栄していることや色々な施設が建設されることなど、多くの事をお聞きし、大変うれしく思っています。また、私の同級生も十数人が集まり、二次会、三次会と大変盛り上がりです。何よりもううれしいのは、田舎弁で話が

上がることを期待していますが、残念なのは、若い人が少ないことです。私の年代が一番下なので、これから多くの若い人に参加していただいて、この三股会がずっといつまでも続く事を望んでいます。

ここで私の家族を紹介したいと思います。妻は山形出身で、年齢は私と同じです。妻の姉は、私の兄の嫁さんです。つまり、兄弟・姉妹同士が夫婦なので、大変珍しいです。大変珍しいことですが、ね。また、私の父親と母親も同様に、兄弟・姉妹同士が夫婦です。親子二代にわたってこのようなのは、

ギネスブックに載ってもよい事ではないでしょうか? 長男は高校二年、長女は中学二年、二男は小学六年です。今が私にとって一番大変な時期です。親の苦勞が今になってようやく分かってきました。(こういう時期を通り越して、おじいちゃんになつていくのだな

あ)と身に染みる、今日このごろです。

今、私は建築の仕事をしていきます。建築の仕事といっても、色々な職種がありますが、私の仕事は「生産設計」といって、建物の図面関係の仕事です。建物を作る場合には、「設計図」という物がありますが、設計図では建物はいくら上りませんが、設計図より「施工図」という図面を作成し、その図面で建物を作っていきます。その施工図には、コンクリート図、平面詳細図、天井伏図、鉄骨図、サッシ図などがあり、一つの建物が完成するまでに、二十〜三十種類の図面が必要になります。枚数にして数十枚に及ぶ事もあります。それらの図面一枚一枚の寸法をミリ単位で計算し、チェックし、間違いの無いようにしていくのです。大変気を使う仕事ですが、建物が完成した時は、それまでの苦勞を忘れて大変うれしいものです。

町の守りはまかせて

消防の機動力をアピール

平成十三年の新春を飾る消防出初め式は、一月十四日、町議会議員や消防関係者、自治公民館長など来賓約百人を迎え、岩下橋下流の河川敷で開かれました。消防技術の向上と団員の士気の高揚を目的に、町と消防団（中村修一団長、団員百六十人）が共催で、毎年実施しているもの。

当日は式に先立ち、消防車両十四台によって、役場から会場までパレードが行われました。



手押しポンプ（通称：腕力ポンプ）

式では、桑畑町長が点検長となつて、機動本部から第七部まで各部ごとに団員の服装、規律、機械器具の整備状況を審査しました。続いて、法被を身にまとつた団員が、大正時代から使われていた消防ポンプ機械など三台とともに場内を行進。中でも、約八十五年前に製造され、昭和二十年ころまで活躍した「手押しポンプ（通称：腕力ポンプ）」は、腕力で放水するという今では珍しい仕組みです。いずれも町消防団の歴史を感じさせる貴重な資料とあつて、観客の目を引いていました。

また、町内の保育園児で組織する「幼年消防クラブ」が、かわい

い放水を行ったほか、長年消防業務に功績のあつた団員やその家族、退団者などの表彰も行われました。

桑畑町長は訓示の中で、「消防団においては、火災消火活動や行方不明者の捜索、地域の防災活動、交通安全活動など、日ごろから町民の信頼と期待にこたえていただいております、感謝いたします。これからも中村団長を中心に本町の治安維持のために尽くしてください」と述べました。

なお、当出初め式は、県内四十四市町村の最後を飾るもので、厳粛な中に、消防団の気迫が感じられました。



出初め式点検で優勝した第五部

出初め式点検の結果
 優勝…第五部 準優勝…第六部
 第三位…第三部
【表彰者（敬称略）】
【県知事表彰】

山元宏一、黒木孝幸
【県消防協会長表彰】
 （内助の功）原口あつ子（第六部部長婦人）
【県消防協会都城支部長表彰】
【優良部 機動本部丸山浩一郎以下二十一人（団員の部）】 小妻義和、川野浩、川上佳浩
【町長表彰】
【一般団員の部】 二見弘、中村孝一郎、久保博文、西村健一、河野辰好、西紀一郎、今村浩二、尾上勇藏、堂村旭、荒武昭仁（十五年以上勤続団員の家族 黒木悦子（機動本部団員婦人）、桑畑桂子（第一部副部長婦人）、小牧祥子（第一部団員婦人）、山元みどり（第七部副部長婦人）
【消防庁長官表彰】
【退職報償受賞伝達】 可児宇三郎（元第一部部長、二分時男（元第一部副部長）
【団長表彰】
【一般団員の部】 政野和彦、竹内正美、政野誠、和田一則、樗木吉秀、黒木明樹、宮田広海、米村勝男、岡林栄三郎、児玉道郎、今村利昭
【都城農業共済組合長表彰】
 第四部、第三部、第七部

百八十七人が大人の仲間入り

成人式

平成十三年成人式は、一月五日、町体育館で盛大に開かれました。今年の新成人者は、三百八十七人（男性百八十二人、女性二百五五人）。うち、二百四十九人（男性百十二人、女性百三十七人）が出席しました。

式はオープニングでは、国内外で活躍する太鼓グループ「桶太鼓響座」が迫力ある演奏を披露。場内は引き締まった雰囲気におま



れ、出席した新成人は、トランペットとの共演などの演奏に感動していました。

式典では、新成人の馬場真孝さんの先導で町民憲章を朗唱。続いて、下沖康太郎さんと坂元まゆみさんの二人に、桑畑町長が成人証書を手渡し、式辞の中で「ふるさと三股町の創造や平和な社会実現のために、幅広い視野と情熱を持つて、大きくはばたいていかれることを心から願います」と激励しました。

式典の後に行われた記念行事では、二十歳の決意」という題で、稲所貞琴さんが、新成人を代表して意見発表を行いました（20ページに掲載）。

また、オープニングの舞台を飾つた桶太鼓響座の座長、岩切邦光さんが「人生の転機―太鼓との出会いから学んだこと」と題して講演。「二十歳の時、太鼓と出会ったことが私の人生を大きく変えた」と切り出し、自分の体験や苦労話を交えながら、「後悔するよ

新成人にエールを送りました。興味を引く話題に、出席者は真剣に聞き入り、厳粛な中に式は終了しました。

式に参加した、看護婦を目指し専門学校に通う細川英子さんは、「人の心をいたわれる看護婦になるという将来の夢に向かってがんばりたい」とこれからの抱負を話しました。



式に出席した新成人



岩切氏の記念講演



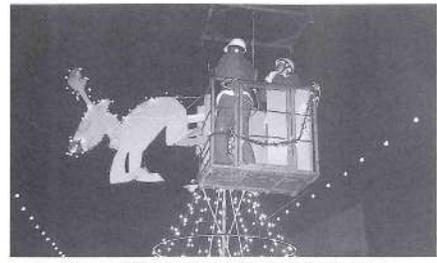
成人証書を受け取る下沖さん



会場の外では再会を喜ぶ姿が見られた

駅前をにぎやかに 相次いでイベント開催

昨年末、三股駅前地域の活性化や環境整備に役をおうと、催しが相次いで実施されました。
商工会青年部（佐沢靖彦部長、二十七人）は、十二月一日から一月七日まで、駅舎や駅前一带にイルミネーションを点灯しました。特に、五百個の電球に覆われた、高さ十二メートルのツリーが放つ幻想的な光に、訪れた人は魅了されていました。



イベント「空からサンタクロースがやってくる」



丁寧に花の苗を植える園児

また、十二月二十五日には、イベント「空からサンタクロースがやってくる」も開催されました。牛鼻商工会長ら五人がサンタクロースに扮し、トナカイに見立てたクレーンで地上に降り立ちました。お菓子のプレゼントを贈られた子どもたちは、にこやかな表情を浮かべていました。

このほか、同二十二日には、りんどろ保育園の年長組の園児ら二十四人が、駅前の花壇に花の苗を植えました。園児らは慣れない手つきながら、パンジーの苗六百本を丁寧に植えました。同園では昨年四月から、園児の描いた絵や作品を待合室に飾るなど、明るい駅作りに取り組んでいます。

町づくりの基本です 総合計画の審議が続く

町は、十二月七日、第四次三股町長期総合計画策定のための審議会委員を委嘱しました。同会で



新春懇談会に百人 BTV江夏氏が記念講演

年始恒例の「新春懇談会」は、一月十日、議員や自治公民館長、民主団体の代表など約百人が出席



は、現在も活発な審議が続けられています。
同計画は、町が総合的に計画的な行政運営を図るため、今後十年の指針として策定するものです。同日、自治公民館連協長の松山保治さんら十八人を委員に委嘱。早速、審議に入った委員からは、数多くの意見が出されました。
町では、昨年一月、町民二千人を対象にしたアンケート調査を実施。審議会は、その結果や設置された四つの専門部会の意見を参考に審議を重ね、今年中にも桑畑町長に答申する予定です。
桑畑町長は、あいさつの中で「自治体の自主性と自己責任が求められる今日、さらに住民の意見を積極的に反映させながら、活力に満ちあふれた魅力ある町づくりを進めたい」と話しました。
その後の記念行事では、都城ケイブルテレビ代表取締役江夏拓三さんが、「二十一世紀と情報社会」と題し講演。話題となっていた「IT革命」や情報社会の進展について、ユーモアを交え分かりやすく講義し、参加者らはその重要性を改めて認識した様子でした。

助役に吉瀬氏が就任

一月十九日に開会された臨時議会で、桑畑町長は議会に対して「助役の選任について」同意を求める議案を提出し、賛成多数をもって同意されたのを受けて、二月一日付で前宮崎県同和対策課長補佐の吉瀬和明氏（50）が、助役に就任されました。



三股町助役 吉瀬 和明 氏

【経歴】
吉瀬 和明氏（きちせ・かずあき）中央大学経済学部卒。74（昭和49）年県庁入り。建築課、児湯福祉事務所、人事課、財政課、企画調整課企画調整主幹、県高速道対策局総括主幹などを経て99（平成11）年から同和対策課長補佐。50歳。木城町出身。

私は、去る二月一日付で三股町助役を拝命いたしました。身に余る光栄に存じますとともに、その責務の重大さを痛感致しております。

就任あいさつ

私は、去る二月一日付で三股町助役を拝命いたしました。身に余る光栄に存じますとともに、その責務の重大さを痛感致しております。

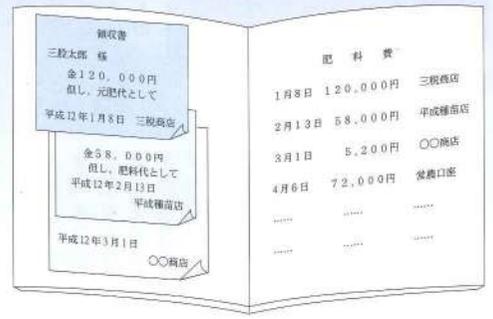
三股町は、山紫水明、緑豊かな自然に恵まれた「花と緑と水のまち」として、また、県内でも人口の増加が著しく、さらなる発展が期待されている町と認識しております。まずは、地域の方々のご意見を積極的に伺いながら、早く町内の現状を理解した上で、自分の経験を生かすことができればと考えております。
また、助役の仕事は、町長が働きやすいようにすることと考えておりますので、それを心掛け補佐していくことに努めてまいります。
いずれに致しましても、今後の三股町政の発展のため、町長を先頭に職員と一体となって、全力を尽くしてまいります覚悟でございます。
町民の皆様方の温かいご指導とご鞭撻をよろしくお願い申し上げます。就任のごあいさついたします。

農業収入のある方へ

収支計算による申告に変わりました

平成12年度の申告までは、農業標準による申告ができましたが、13年度の申告より標準がなくなり（米作のみの農家除く）収支計算により所得金額を計算することになります。そのため、農業に関する収入金額の証明書や必要経費の領収書等についても保管が必要となります。

集計の一例



※集計していない場合は申告受付がスムーズにできなくなり、時間がかかりますので、必ず集計して持参してください。
※営業所得等のある方は、営業所得等と一緒に税務署で申告できます。
■問い合わせ 税務課住民税係 ☎52-1111（内線144）

スポーツ少年団紹介 ⑤

『やる気と元気』



男子主将 君石 貴之 中

コーチの指導のもとで週三回、三股小体育館で練習をしています。「やる気と元気」をモットーにしています。現在、部員が少ないので、バスケットに興味がある人は、一度練習を見に来てください。



女子主将 小玉 瞳 さん

私がおバツで学んだことは、キャプテンとして自信がもてるようになった。これからはもっと自信がもてるように、チームのみんなと仲良く、なんでもせっきよくがんばろうと思っています。



監督 高田 誠 さん

一入日は一月七日のこと、当地では七才になると「七と七祝」があって、七才の男女の子ともがお宮参りをするのが習わしとなっている。

『バスケットで学んだこと』

何かも不安で自信がなかったけど、今はキャプテンとして自信がもてるようになりました。これからはもっと自信がもてるように、チームのみんなと仲良く、なんでもせっきよくがんばろうと思っています。

『伸び盛りのチームです』

監督 高田 誠 さん
三股ミニバスケットボールクラブが発足して、二年目に行われます。新人戦県大会出場を目指して、六年生も三月末のお別れ大会で有終の美を飾るべく日夜練習に励んでいます。幸い都城、北諸、西諸県地区はミニバスケットボールのレベルが高く、いい指導者、いいチームに恵まれていますので、互いに刺激し合い、切磋琢磨しているところです。

文芸三股 (第26回)

短歌(三股町短歌会)

寒波にもたえて開きしう梅と根じめに
活けこむ水仙の花

宮里 みち

厳しい寒さの中で一足先に咲き、芳香を放つう梅を生け、詠んでみました。『蠟燭の色をしているから』と名づけたと聞いています。

いつの日かきみもわたしも共に咲く夢みの少年のひとみ耀く

立山 三保

ひ弱だった小三の少年と久しぶりに逢った。すっかり元気になった少年が、「ボクね、大きくならお医者さんになるんだ」と夢を語ってくれました。(きつと、やさしい周りの人たちに支えられているんだなあ)と思うことでした。「頑張れ、N君、君たちの世紀だよ」心から祈りを込めて...

俳句(三股椿寿俳句会)

人日や七才の子の着かざりて

中村 千矢子



郷句(二股郷句)

隠居世帯 正月の残る 五日食つ

茶坊

教の子、豆煮つけetc. よけいもしなかつたのに、正月の残りを捨てるのも惜しくて、「ふつふつ」言いながら食べとろうというお主婦。昔の人は決して無駄はしない。今の人は簡単に捨ててしまおう。

巴の父 蔵ん青大得い 御酒く供げつ

都城男

今は少なくなったが、昔は蔵があちこちの家にあつたもので、ネズミがたぐさいた。それを目掛けて、蔵の中には青大将が住みついたもので、家族は殺すこともせず、大事にしたもので、露の権現も蛇(白蛇)を神として祭っている。

歳時記

「雪まるげ」とは、雪を丸く回め雪の上を転がしていき、かたまりを大きくしていく遊びのことです。「雪ころがし」「雪丸め」などともいいます。

君火をたけ よきも見せん 雪まるげ 芭蕉
暗くなつて、雪まるげをしていく子どもたちがみんな引き上げたあとに、いくつもの雪の玉が残っているのを指して、「よきもの見せん」と言ったのです。

雪まるげ

雪まるげして作ったものを二段に重ねて、木炭やたどんで目や口を付ける。「雪だるま」になります。このほか、糸の先に木炭などを付けて雪を付着させて、雪のかたまりを大きくしていく「雪釣」という昔からの遊びもあります。



雪を丸く軽めに固めて、雪

合戦をするのも、雪国の子どもの楽しみの一つです。靴紐を、むすぶ間もくる雪つぶて 中村汀女

子どもたちが、いたすらっぼい表情で、雪が降っている寒いなかでも元気に遊んでいる様子が伝わってきます。

雪とたわむれたい子どもたちは、車などに注意が向かないかも知れません。「冬期」における交通事故防止として、ドライバーはスリップなどに十分気をつけて、スタッドレスタイヤなどの装着は忘れられないようにしたいものです。また、車間距離はふだんより十分とって、スピードは控えめに、ライトは早目に点灯するようにしましょう。

★ わが家の一番星 ★



はんだい み なみ 半代 未波ちゃん(3歳)

平成9年2月26日生まれ
由幸・理恵子さんの二女
(子どもへのコメント)
少し個性的な面を持つ二女です。ちっちゃい体つきですが、お姉ちゃんともよく遊び、弟とも仲良く遊べます。元気にすくすくと育つてね。



やまだ ま ゆ 山田 真由ちゃん(3歳・左) 俊輔くん(11カ月・右)

(真由ちゃん)平成9年3月18日生まれ
(俊輔くん)平成12年2月12日生まれ
正人・直美さんの二女・長男
(子どもへのコメント)
しいちゃん、ばあちゃん、いつも可愛いがつてくれてありがとう。紗代姉ちゃんとも仲良く、いつも笑顔いっぱい、元気な三人でいてね!!

お便りやイラスト、お子様の写真募集

●イラストコーナー
「アニメのヒロイン」などをハガキにお書きの募集いたします。
●お便りコーナー
「ふだんの生活で感じたこと」や「皆さんへのお願い」などをお書きの上、お送りください。
●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直接ご郵送ください。
●お問い合わせ先 広報みまた事務局
〒52-1-111 (F) 222

健康管理センター だより

糖尿病予防教室

健診で血糖値が高いといわれた方、糖尿病の気になる方はぜひご参加ください。

■日程・内容

1回目	3月1日(木)	「糖尿病」を知っていますか？
2回目	3月9日(金)	健康づくりのための運動をしてみよう！
3回目	3月16日(金)	ヘルシーメニューを作ってみよう！

■時間 すべて午前9時30分～午後12時

■注意事項

- ・2回目は軽い運動のできる服装でお越しください。
- ・3回目は米0.5合とエプロンを持ってきてください。

●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

3月の行事

- 母子健康手帳交付
 - 期日 3月7日(水)・21日(水)
 - 時間 午前9時30分～午前11時30分
- 赤ちゃん健診
 - 期日 3月2日(金)
 - 受付時間 午後1時15分～午後1時45分
- すくすく教室
 - 期日 3月26日(月)
 - 時間 午前9時30分～午前10時30分
- 1歳6カ月児健診
 - 期日 3月15日(木)
 - 受付時間 午後1時15分～午後1時45分
- 3歳6カ月児健診
 - 期日 3月22日(木)
 - 受付時間 午後1時15分～午後1時45分
- リハビリ教室
 - 期日 3月7日(水)・14日(水)・21日(水)・28日(水)
 - 時間 午前10時～午後2時30分

男性料理教室

男性のための料理教室を開催します。皆さん毎回楽しく作りながら料理の腕をあげています。

興味のある方は一度参加してみませんか？

■期日 3月28日(水)

■時間 午前9時30分～午後1時

■内容 「高城町との交流会」

■持ってくるもの 米0.5合、エプロン

※健康カレンダーと一部日程が変更になっています。

ご了承ください

〈ヘルシーおやつメニュー〉

買ったお菓子はついつい食べ過ぎたり、カロリーが高かったりします。時には自分でヘルシーおやつを作ってみましょう！ぜひ、子どもさんと一緒に作ってみてください！

豆腐のごまだれだんご

<材料> 5人分

豆腐(水切りしないでOK)	100g
白玉粉	100g
黒ごま	20g
しょうゆ	10g
砂糖	大さじ2弱
水	20cc

<作り方>

- ①豆腐と白玉粉を耳たぶの固さになるように練る
- ②沸騰したお湯の中に丸めた①を落とし、浮かんできたら冷水にとり、水気をきる。
- ③すりばちまたは、ミキサーで黒ごまをすり、鍋の中でしょうゆ、砂糖、水を加えて弱火で煮て、たれをつくる
- ④②を③のたれであえて、できあがり。

エネルギー 126Kcal
カルシウム 74mg



2・3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。

2/4	日	坂元医院(内・普小・小)	原田医院(内)	いづみ内科(内)	三州病院(外・普・内)	大島整形外科(整)	いそいち産婦人科(産・婦)
		22-0360	23-7285	22-7111	22-0230	38-0561	22-4585
11	日	野辺医院(小・内・普)	ベテスタクリニック(内)	是枝医院(ホリウツチ)	飯田病院(整)	吉見病院(外・内)	時任医院(産・産・産)
		22-0153	22-1700	36-0534	22-0563	58-5633	23-7120
12	月	城南病院(内)	下長飯クリニック(内・外)	海老原内科(内・小)	土井外科(外・普・産)	速見医院(産)	かみながえクリニック(耳鼻)
		23-2844	39-0800	64-1211(山田町)	22-1825	24-8344	25-0224
18	日	共立病院(内)	吉井小児科(小)	黒松病院(内)	たかお浜田(外・内)	恒心館クリニック(外・普)	西浦耳鼻科(耳鼻)
		22-0213	22-3285	38-1120	22-8818	24-0562(旧井上病院)	22-0715(松元町)
25	日	藤元上町(内・普)	河村医院(内・小)	宮下クリニック(内・産)	福島外科(外)	酒井皮膚科(産)	宮田眼科(眼)
		23-4000	39-5868	37-0539	38-1633	25-5322	22-1441
3/4	日	相良内科(内)	戸嶋病院(内)	はしくち小児科(小)	宗正病院(外)	小牧病院(産)	北原医院(産・婦)
		22-4086	22-1437	24-5500	22-4380	24-1212(立野町)	22-4133
11	日	海老原記念(内)	豊中医院(内)	久保原田中(内・小)	もちお産院(産・形産)	池之上病院(産)	江夏耳鼻科(耳鼻)
		22-2240(龍原町)	52-8000	22-7700	21-5355	23-2311	25-6638

※歯科については、☎25-4100にお問い合わせください。

介護保険だより No.22



●介護保険料・町県民税・国民健康保険税申告のお知らせ

町内に住所を有する人は、収入の有無に関係なく申告が必要となります。申告は、2月1日から3月15日まで、各集落の集会場などで実施されます。

※申告しない人は、介護保険料や国民健康保険税が高くなる場合があります。

※「所得税の申告をされる人」「給与所得のみで年末調整をされた人」は、町県民税の申告の必要はありません。

※ただし、給与所得以外(農業所得等)がある場合は、町県民税の申告をしなければなりません。(農業所得には、自給用米を生産したのものも含まれます。田畑を持っている人は申告が必要です。)

介護保険料などを決定するためには、「本人の所得状況」や「本人の属する世帯員の町民税の課税者の有無」などが必要になりますので、必ず申告してください。

詳しくは、税務課までお問い合わせください。

●非該当(自立)と認定された人へのサービス

介護保険の対象外となった要介護高齢者および一人暮らし高齢者に対し、要介護状態に陥らないための「介護予防サービス」や自立した生活を確保するために必要な「生活支援サービス」を提供するものです。

軽度生活援助事業

- ・ヘルパー等の生活援助員を派遣します。
- ・1週間に2時間、1時間あたり100円。

生きがい活動支援通所事業(生きがい対応型デイサービス)

- ・デイサービスに通います。
- ・利用料(1人1回400円)、給食(1人1回400円)。

緊急通報システム貸与と事業

- ・おおむね65歳以上の一人暮らしの高齢者に、簡単な操作で自動的に消防署へ通報される機器を貸し出します。
- ・無料ですが、2人の協力者が必要です。

そのほか、高齢者住宅改造成業 などもあります。

詳しくは福祉保健課までお問い合わせください。

保険料の申告についての問い合わせは、

税務課住民税係

☎52-1111内線144

介護についての問い合わせは、

福祉保健課高齢者福祉係

☎52-1111内線137・138

Mimata Town Information

おしらせ



■入学式■

平成13年度三股町立小・中学校
入学式は次のとおりです

区分	入学式の 期日	入学予定者の 生年月日
小学校	4月10日	平成6年4月2日 ～ 平成7年4月1日
		昭和63年4月2日 ～ 平成元年4月1日
中学校	4月9日	同上

なお、入学予定者の保護者の方に1月末に入学通知書を発送しましたので、

- ①通知が届いていない
- ②校区外への転居予定(小学校のみ)
- ③町外への転出予定
- ④国立および私立小中学校への入学予定

の場合は、教育委員会学校教育課までご連絡ください。
※なお、入学通知書は入学式当日に必要ですので、紛失されないよう保管してください。

■連絡・問い合わせ
教育委員会学校教育課
☎52-1111 (内線342)

■ご注意ください■

電話代金請求を装った
詐欺に注意!!

今、全国的に電話代金等の請求を装った詐欺事件が多発しています。これは、「アンクラブ」「太平企画」等の名前でハガキが送られてくるものです。

内容は、
・「ダイヤル情報提供料が未納ですので、書面をもってご連絡させていただきます」
・「早急に下記口座までご入金ください」

・「入金が無い場合は、直接ご自宅に回収に伺うことになる」などが書かれており、また、
「暗証番号名義人(あなたの名前) 使用電話番号(あなたの電話番号)

請求金額 29,930円
※銀行振り込みは電信扱いで、必ず電話番号で入金してください。
※お支払い期限は本状到着後2週間以内とさせていただきます。や、振込先等も書かれています。このようなハガキ等で現金を振り込ませ、だまし取ろうというものです。
支払う必要もありませんし、このようなハガキを受け取られた方は、最寄りの警察署等にご連絡ください。

■連絡・問い合わせ
総務課行政係
☎52-1111 (内線225)
都城警察署
☎24-0110

■相談■

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 2月15日(木)
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

■福祉情報■

ねりんピック交流大会2001の選手を募集中です
全国健康福祉祭の県選手選考会を兼ねた「ねりんピック交流大会2001」が宮崎市で開催されます。スポーツ・文化交流大会の参加

者(主として60歳以上の県民が対象)を募集します。

参加申し込み(多数の場合は抽選になります)の方法や競技方法などの詳しい内容は、募集要項をご覧ください。

■競技種目(20種目)
グラウンドゴルフ・ペタンク・弓道・インディアカ・囲碁・剣道・ターゲットバードゴルフ・将棋・四半的弓道・ソフトバレーボール・卓球・テニス・なぎなた・太極拳・バウンドテニス・ミニテニス・ミニバレーボール・ソフトテニス・ソフトボール・ゲートボール

■募集締切
2月28日(水)まで
■申し込み
福祉保健課高齢者福祉係
☎52-1111 (内線225)
■問い合わせ
じゅびあ財団
☎0985-31-9630
県高齢者対策課
☎0985-26-7058
福祉保健課高齢者福祉係
☎52-1111 (内線138)

民生委員児童委員の紹介
町内では、要保護者(低所得者や児童、高齢者)などの相談にあたる、民生委員児童委員50人が活動しています。10月1日に、新たに委嘱された方をご紹介します。お気軽にご相談ください。
▼新たに委嘱された方々



下村尚さん
☎52-1897
上米(1~4支部)



上水久夫さん
☎52-1857
中米



寺本克子さん
☎52-3741
西植木(5,7,8支部)

(氏名・電話番号・担当地区支部)
■問い合わせ

福祉保健課社会福祉係
☎52-1111 (内線134)

巡回婦人相談

婦人相談を実施します。秘密は固く守られます。

■日時 2月15日(木)
午前10時～午後3時
■場所 都城総合庁舎第7会議室

■相談内容
※家庭内の不和やいざこざがある
※男女関係で悩んでいる
※暴力や脅迫から逃れたい
※生活上のさまざまな問題で悩んでいる

■相談員
県から派遣された婦人相談員
■申し込み・問い合わせ
県中央福祉相談センター
☎0985-22-3858

■きりしまんぢだ■

(1市6町の行事紹介)

●都市市
○市立美術館第2回収蔵作品展

■期間
2月28日(水)まで

■会場 都市市立美術館

■内容
山内多門の新収蔵品に加え、人の景色>><<風の景色>>をテーマとする作品を多数展示。そのほか若手作家の作品も展示します。

■入場料 無料
■問い合わせ
都市市立美術館
☎25-1447

○プロ野球オープン戦「広島東洋カープ vs 千葉ロッテマリーンズ」

■日時 2月24日(土)
11:30開門 13:00試合開始

■会場 都城運動公園野球場

■入場料
【内野席】
おとな3,000円 こども1,800円
【外野席】
おとな1,500円 こども500円
■入場券販売 ハンズマン各店・ローソンチケット・野口スポーツ都城店・佐々木スポーツ

■問い合わせ
都城観光協会
☎23-2754

●末吉町

○メセナシアター「ダイナソー」

■日時 2月18日(日)
①14:00 ②16:00 ③18:00

■会場 末吉町文化センター

■内容
話題のディズニー映画「ダイナソー」の日本語吹替版を3回上映。

■入場料
大人1,000円(当日1,400円)
高校生以下500円(当日700円)

■問い合わせ
末吉町文化センター
☎76-7100

■愛のご寄付■

町社会福祉協議会では、忌明け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

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した。誠にありがとうございます。

平成12年12月1日から
平成12年12月31日まで

寄付者	続柄	故人名	年齢	地区	金額
和田エミ子(母)	サツキ	74	谷	2万円	
高橋ツル(夫)	哲男	74	三原	3万円	
間世田一彦(妻)	サツキ	75	飯屋	10万円	
今福孝子(夫)	廣美	51	新	3万円	
東澄子(夫)	彦次	58	今市	3万円	
片之坂秀俊(義姉)	朝日川	71	三原	3万円	
瀬尾さち子(夫)	義男	69	寺住	3万円	
大村悦子(母)	悦子	76	飯屋	10万円	
今村シツ(夫)	軍一	76	中原	1万円	
小杉義秀(妻)	ミキ	84	梶山	3万円	
木下ミキエ(夫)	重光	89	藤田	5万円	
中村寿子(夫)	道男	58	田上	5万円	
有川隆(父)	忠男	70	都市市	3万円	
下石明年(子)	哲文	48	谷	3万円	
内村翼行(妻)	タキ	75	小鷺集	3万円	
時佐浩泰(母)	ユキエ	76	山玉原	7万円	

ごみカレンダー

2月 FEB

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

3月 MAR

日	月	火	水	木	金	土
				1 缶・トレイ	2 可燃	3
4	5 不燃	6 可燃	7	8 ペットボトル	9 可燃	10
11	12 不燃	13 可燃	14	15 缶・トレイ	16 可燃	17

成人を迎えて

この輝かしい、記念すべき二十世紀の幕開けの年に成人を迎えることができ、大変うれしく思います。

今までの自分は、両親や地域社会の保護のもとに、いわば、親鳥の羽に抱かれたひな鳥にも似た日々を過ごしてきました。

一月五日に開かれた成人式で、穰所さんの作文を紹介します。一
なりになります。このことは、大いなる誇りであり、喜びでもありません。しかし、未知の世界に対する不安もあります。

自覚と責任を持ち、

グローバルな視野に立って、

三股町の発展に貢献したい



穰所 真琴さん (20)

ように思います。政治に関しても、どちらかと言えば距離を置いています。

本にとどまらず、世界に目を向けて物事を考えることが必要とされます。情報化の進展により、外国の人々とのコミュニケーションがとれるようになりました。

「暖冬」だと言われるこの冬ですが、先月中旬は強い寒波に見舞われました。風邪をひいてしまった方もいらっしゃるのでは？十三日早朝、町内は一面の銀世界でした。



「1月13日午前10時、権八重公園」

実は先日、凍結した階段で派手にしりもちをついた私！嫌な予感を振り払い、引きつる顔で、公園内をソロソロイ、今度は大丈夫でした。桜咲く春を待つ受験生には縁起の悪い話題でしたが、「備えあれば憂いなし」とも言えます。追いつみの季節、暖かばつてくださいます。

三股町の人口			
平成13年1月1日現在			
男	11,403人	出生	23人
女	12,738人	死亡	14人
計	24,141人	転入	78人
前月比	±0人	転出	87人
世帯数	8,640戸	(+13戸)	