

みま た

広報

Mimata Public Relations

お知らせ

宮崎県議会議員選挙

三股町議会議員選挙

4月8日(日)・4月22日(日)は 投票日です!

わたしたちの県政、町政を託す大事な選挙です。
必ず投票に行きましょう!

中入れ特集

三股町コミュニティバス「くいまーる」
保存版! 路線図と時刻表

3

2007 Vol.439

平成19年3月1日発行

4月8日(日) 宮崎県議会議員選挙 4月22日(日) 三股町議会議員選挙

どちらも投票時間は

午前7時～午後6時(全投票所)

※注意！ 投票時間を2時間繰り上げています。

わたしたちの県政、町政を託す
大事な選挙です。

当日、投票に行けない人は、
期日前投票などを利用して
必ず投票しましょう！



あなたの思いを
一票に託しましょう！

当日、投票所に行けない人の投票方法

●期日前投票

投票日に仕事や冠婚葬祭の予定や、買い物などに出掛けて午後6時までに投票所に行けないという人は、期日前投票をしましょう。

期日前投票は、

宮崎県議会議員選挙

3月31日(土)～4月7日(土)

(8日間)

午前8時30分～午後8時まで

役場2階第3会議室

三股町議会議員選挙

4月18日(水)～4月21日(土)

(4日間)

午前8時30分～午後8時まで

役場2階第3会議室

●郵便による不在者投票

身体障害者手帳・戦傷病者手帳を持つている人で、法令で定める重度の障害がある人や、介護保険の被保険者証の要介護状態区分が「要介護5」の人(事前に「郵便等投票証明書」の交付手続きが必要)は、郵便によって自宅で投票する制度があります。この郵便投票の請求には期限がありますので、早めに手続きしてください。

●名簿登録地以外の市町村の選挙管理委員会での不在者投票

長期出張や他市町村への転居後間もない場合などの理由で、当日投票所へ行けない人は、三股町以外の市町村選挙管理委員会での不在者投票ができます。投票用紙や不在者投票用封筒を郵送でやり取りしますので、早めに手続きをしてください。

三股町議会議員選挙 立候補予定者説明会

三股町議会議員選挙の立候補予定者事前説明会を次のとおり行います。

選挙についての届け出の手續

きと選挙運動などの説明をします

ので、立候補予定者または代理人は必ず出席するようお願い

します。

日時 3月20日(火)

午前9時30分

会場 役場4階 第1会議室

候補者の寄附などの禁止について

公職の候補者の寄附は、中元や歳暮ばかりでなく、親しい友人に対する祝儀やせん別、社会福祉施設への寄附などもすべて禁止され、極めて厳しいものとなっています。

これは、過去の現実問題として、いろいろな機会に各種の名目でなされる寄附が、候補者の地盤培養行為と結びつき、選挙にお金が掛かる大きな要因となっているほか、候補者などの行う寄附自体についても、買収と結びつきやすく、その弊害が指摘されてきたからです。

また、有権者が候補者に寄附を求めることや、候補者から寄附を受け取ることも禁止されています。

寄附禁止のルールを守って、

明るい選挙を行いましょ。

(寄附となるものの例)

◎祭りや地区運動会などの各種行事に対するお祝いや差し入れ

◎病気見舞い、秘書などが代理で出席する場合の結婚祝や葬式の香典、葬式の花輪・供

花、落成式・開店祝の花輪

◎祝儀、せん別、中元、歳暮、記念品、入学祝、卒業祝

(寄附とらないものの例)

◎党費・会費(党則や規約の定めに従って、構成員として義務的に支出する通常かつ均一なもの)

◎町内会費(地区支部費など義務的なものに限る)

◎祝電、弔電、お布施(役務の対価と認められるものに限る)

■問い合わせ

三股町選挙管理委員会事務局

☎52-1111(内線234)



現在、わたしは刑務所に服役中の身ですが、あの日の悪夢は、思い出すまいとしても、毎日毎夜、わたしをさいなんでいます。単なる悪夢であつたら、何度ぞう思つたか知れませんが、それは、今から一年半ほど前の出来事です。金曜日の仕事を終えて自宅に帰り、土曜、日曜は休みだという解放感のためか、まともに食事もとらず、テレビなどを眺めながら、ビールを飲み始めました。そして、ウイスキー、ブランデーと飲みすすめているうちに、そのまま寝てしまいました。

ここまでは何の問題もなかったのですが、ろくに食事をしなかったため、空腹で目を覚ましてしまいました。午前3時を少し過ぎたころだったと思います。家には空腹を満たしてくれるものがなく、何か温かいものでも食べたいこうと、車のキーを持ち、駐車場へ向かいました。

今思うと、この時から悲劇は始まっていたのです。酒を飲み、寝たといえほんの4時間ほど、体内のアルコールが抜け切っているはずがありません。自分自身でも少し酔っているという自覚がありながら、深夜レストランへ行くために車を発進させたのです。時間が経ってしまったら道も空いており、酒の影響もあり、制限速度など

アルコールの勢いが、身勝手な判断を

S・A 二十三歳 会社員

守つてはいなかったと思います。見通しのいい交差点にさしかかりました。対面の信号は青でしたが、信号の100メートル手前まで進んだとき、信号が黄色に変わりました。

普通ならここでブレーキを踏むはずなのですが、酔いのため、たとえ途中で信号が赤になつたとしても、交差する側の信号も赤のままの、いわゆる全赤の状態の間を進めるだろうと身勝手な判断をしたのです。しかも、わたしは直進ではなく、交差点を右折するつもりだったので、どう考えても尋常な判断ではありませんでした。たとえ、直進だつたとしても、100メートル前で黄色に変わった信号を無事に通り抜けられるはずなどありません。わたしはいつたんならアクセルを踏んだものの、これはだめだと思ひ、とつさにブレーキを踏みました。急ブレーキでした。

対面の信号が赤であつたのを何となく覚えていきます。かなりの衝撃が伝わり、気が付いてみると車のフロントガラスにひびが入り、わたしの車のまわりには何台かの車が止まっていました。

ああ、交通事故を起こしてしまつたんだと思ひました。と同時に激しい恐怖と絶望に襲われました。この世のすべてが終わってしまったような気持ちになりました。そして、次の瞬間、わたしは事故

※ 贖いとは、罪を償うという意味。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る人たちの悔いの記録です。一瞬の過ちによって、家族、恋人、友人など親しき人々から隔絶され、自ら犯した罪を反省している様子が文脈の端端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、心の戒めにしていただきたいと思います。(財団法人交通安全協会提供)



迫力の「音声力」コンサート



Toshi Nagaiさんのドラマソロは場内をゆさぶつた

Culture 文化会館

Mimata

三股町立文化会館
〒889-1901 三股町大字榑山3404-2
TEL.51-3462 FAX.51-3561

打楽器の迫力
1月27日に「音生力 ONSEI RIKI LIVE 2007 ~SORA~」を開催しました。

このコンサートは今回で2回目。ドラムのToshi Nagaiさんを中心に8人のミュージシャンが集結しました。ドラム・エレキギター・ピアノ・ベース・パーカッション・和太鼓・津軽三味線のコラボレーションは、楽器のジャンルを超えてうまくミックスされ、加えて、しっとりとしたバラードと、ボーカリストのハスキーな声に観客は聞き入っていました。

臨場感が直接観客に伝わる舞台作りの相乗効果で、タイトル「音生力」とおり、音から生きる力をもらえるようなコンサートでした。

特に、Toshi Nagaiさんのドラムソロは迫力満点の演奏と卓越したドラムさばりで、観客もホールいっぱい響き渡るドラムの音に圧倒されたようでした。

「みまた座、いよいよ本公演！」
昨年6月から活動を続けている子どもたちの演劇ワークショップ「みまた座」の第3期生が、3月25日の本公演に向け、2月末から本番まで、ほぼ毎日、集中的に古い古を重ねていきます。

台本を覚えることはもちろん、講師の取り方に苦心しているようです。講師の永山智行さんの演出が加わり、どのような舞台になるか楽しみです。

いよいよ5人の新人作家誕生！
昨年6月から開催している平成18年度戯曲講座「せりふ書いてみる？」に参加している5人が、いよいよ作品を完成させます。今月には近隣の俳優によるリーディングで作品が出来あがります。

5人の新人作家がついにデビューします。力作の上演と今後の活躍にご期待ください。

「またまた座、いよいよ本公演！」
昨年6月から活動を続けている子どもたちの演劇ワークショップ「みまた座」の第3期生が、3月25日の本公演に向け、2月末から本番まで、ほぼ毎日、集中的に古い古を重ねていきます。

もつづく一年生

今年度も、たくさんの保育園や幼稚園の子どもたちが図書館へ本を読みに来ました。年長組さんは4月からピカピカの1年生。小学校へ行ってまた図書館に遊びに来てくださいね。

【お父さんはやっこなご】
矢田部孝司／著 大田出版
痴漢冤罪事件に巻き込まれた夫のために、家族は何ができるのか？有罪率99.86%の裁判制度と闘い、逆転無罪を勝ち取った家族の、苦悩と愛情に満ちた感動の手記。

裁判員制度をご存知ですか！
2月1日から15日まで、宮崎地方裁判所、地方検察庁、宮崎県弁護士会の合同企画による、裁判員制度巡回パネル展示を行いました。また、DVD「裁判員制度」もももあなただけが選ばれたら」を上映しました。たくさんの方が足を止めてパネルやDVDを鑑賞していました。

【金の言まごがご】
ほぼ日刊イトイ新聞／編
「売り言葉に合い言葉」絶対けんかになりそうにないですね。

この制度は平成21年までにはスタートするというところで、広報活動が行われています。図書館では、裁判員制度についての本もそろえています。なお、上映したDVDは図書館で貸し出ししていただけますのでぜひご利用ください。

【ウエブサイト「ほぼ日刊イトイ新聞」に寄せられたメールから、よりおもしろい「言いまつがい」を厳選して収録。】
■ 休館案内(13時〜14時のカレンダー)
■ 月曜日(祝日の時はその翌日)・祝日・年末年始(12月28日〜1月4日)・第3水曜日(館内整理日)・館内資料一斉点検(年1回15日以内)



たくさんの来館ありがとうございます！



裁判員制度巡回パネル展を開催

Library 図書館

Mimata
三股町立図書館
〒889-1901 三股町大字榑山3406-8
TEL.51-3200 FAX.51-3751

1カ月のフランス

国際交流員のコーナー



昨年12月15日から今年の1月11日まで、フランスに帰りました。1年半ぶりでした。空港に着いた時、お腹の大きいお姉さんが待っていました。臨月でした。変な感じがありました。3日に、イザドラちゃんは生まれました。かわいい女の子です。2人目のおばさんになりました。わたしがおとうさんの時フランスに帰っていたことはとても幸運でした。しかし、今年の4月にお兄さんの赤ちゃんが生まれる時は帰れません。残念です。そのうえ、8月のお姉さんの結婚式にも帰れません。従妹の結婚式にも。祖国を離れた人にとって家族との生活は難しいです。たくさん家族のイベントに行きそこないです。逆に、1月3日のベルギーでの友達との結婚式には行くことができました。(大阪の友達と一緒に話をしたり、おいしい食べ物を食べたりという時間を過ごしました。でも、日本に帰った時「家に帰った、たたいま」という感じがしました。うれいしいです。



シャル・ヤナ

お知らせ

「広報みまた」と「回覧」は、4月に限り「12日」に発行します

支部長の改選などに伴う事務引継ぎで混乱が予想されますので、4月に限って、下記のとおり変更します。ご了承くださいませよう、お願いします。

- ①「広報みまた（毎月1回／1日発行）」は、「4月号に限り12日」に発行
- ②「回覧（毎月2回／1日・15日発行）」は、「4月に限り12日に、1回だけ」発行
- ③これらの支部長宅などへの送付は、「4月11日（水）・12日（木）」を予定

■問い合わせ
総務企画課 企画政策係
☎52-1111（内線225）
総務企画課 行政係
☎52-1111（内線234）

米公園夜桜まつりは、3月23日（金）～4月4日（水）＜予定＞

500本のソメイヨシノが見事に咲き誇る上米公園で、今年も「夜桜まつり」が開催されます。ライトアップされた満開の桜を夜景と合わせてお楽しみください。



- ライトアップ期間＝
3月23日（金）～4月4日（水）
＜開花状況で変わることがあります＞
- ライトアップ時間帯＝
午後6時30分～9時30分
- 場所＝上米公園
※ごみは各自で持ち帰るなど「利用者のマナー」にご協力ください。
- 問い合わせ
三股町観光協会 事務局
（役場産業振興課内）
☎52-1111（内線355）

みんなで安全を守ろう！防犯情報メール登録者募集!!

現在、町では、地域のさまざまな人が防犯に関する情報を共有できるように、携帯電話とパソコンのメール機能を利用した防犯情報配信事業を行っています。

ぜひ、登録して「安心なまち」づくりにご協力ください。

- 配信する情報＝
①不審者情報（発生日時・場所・内容・処置・今後の対応など）
②警察や消防から提供された犯罪や防犯、放火などの情報
③児童や高齢者の行方不明情報（発見のための協力依頼など）
④そのほか防犯・防災に役立つ情報

- 登録者から提供してほしい情報＝
①不審者との遭遇または目撃情報や危険箇所の通報など
②行方不明者などの目撃情報

■登録の方法＝
直接携帯電話から下記アドレスにメール送信するか、携帯電話のカメラ機能でQRコードからアドレスを読み取って送信してください。

タイトルは「防犯メール登録希望」とし、本文に①氏名、②住所、③携帯電話番号、④学校名（学生の場合）を記入してください。

※警察・消防・学校・幼稚園・保育所に勤務する職員が登録する場合は、住所の代わりに職場名と役職名を記入してください。（例：〇〇学校教師など）

※なお携帯電話でパソコンからのメール受信を拒否設定している人は必ず解除してください。

登録者の個人情報、本事業の目的以外に使用することはありません。

■登録先アドレス＝
gyouse-k@town.mimata.miyazaki.jp

■問い合わせ
総務企画課 行政係
☎52-1111（内線234）



宮崎県の最低賃金が改正されました

改正金額・発効日は次のとおりです。

区分業種	改正後の時間額(円)	発効日
宮崎県最低賃金	611	平成18年10月1日
産業別最低賃金	肉製品、乳製品製造業	639 平成18年12月20日
	電気機械器具等製造業	668 平成18年12月29日
	各種商品小売業	652 平成18年12月21日
	自動車(新車)小売業	681 平成18年12月28日

※宮崎県最低賃金は、業種などに関係なく、パートタイマー、アルバイトなどを含むすべての労働者に適用されます。

■問い合わせ
宮崎労働局 賃金室
☎0985-38-8836

ごみ減量化への協力をお願いします

町のごみ処理の基本「循環型社会の形成推進（町と町民、事業者による協働）」

町はこれまで、皆様のご協力を得ながらリサイクルを進め、ごみとして処理していた物の一部を資源として再利用してきました。しかし、ごみと資源物の総量はリサイクルを進める前と比べてもほぼ横ばいの状態です。これは、生産や消費のスタイルそのものはあまり変わっていないということではないでしょうか。

わたしたちが今後も豊かな生活を長く続けるためには、環境に多大な負荷を与える現在の大量生産、大量消費、大量廃棄型の社会スタイルを変革し、資源物も含めた廃棄物の発生そのものを抑制するなど、より環境負荷の少ない「循環型社会」を目指していかなければなりません。

廃棄物はわたしたちの生産や販売、消費などの結果として生じるものです。循環型社会の形成には、すべての町民の皆さんが今まで以上に、より主体的に自らの問題として向き合い、事業者も行政も含めて役割を分担し、協働することが必要になります。

町は今後も町としてできることを積極

的に具現化していきます。皆さんもぜひ、循環型社会の形成のため、次の取り組みをお願いします。

- ①レジ袋を断り、買い物袋を持っていく
- ②生ごみの水切りを徹底する
- ③必要ないものは買わない
- ④分別を徹底し、資源として利用する
- ⑤不用になったものを工夫して使う

■問い合わせ
環境水道課 環境保全係
☎52-1111（内線273）

愛のご寄付

三股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ともに、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。

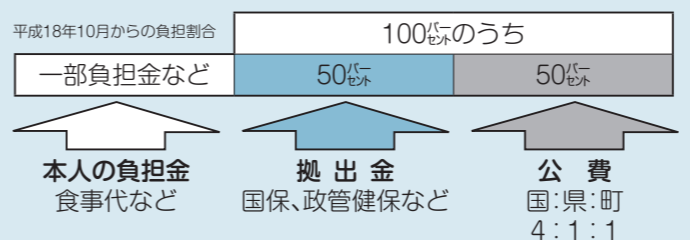
三股町社会福祉協議会
平成19年1月1日から31日まで

寄付者	続柄	故人名	年齢	地区	金額
堀内トミ子	夫	時義	70	中米	5万円

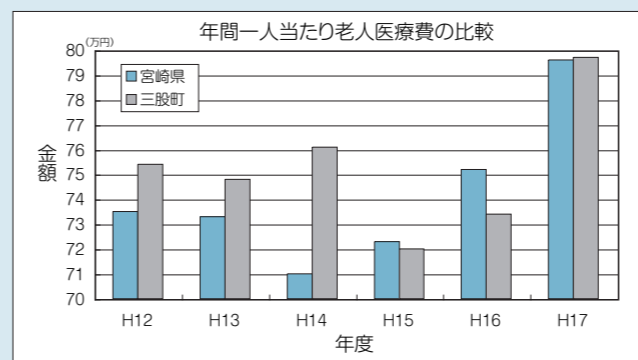
指宿 秋廣	母	フクエ	86	東原	3万円
福重 良博	子	有佐久	20	今市	3万円
中島 稔彦	父	照夫	86	下新	3万円
森 ミエ子	夫	正利	75	蓼池	5万円
ト部オリユ	夫	清	83	西植木	3万円
中島 市子	姉	浜島シヅ子	71	磯山町	5,000円
田代ハル子	夫	惇	90	高畑	1万円
増田 節子	夫	一郎	82	東原	3万円
山元 甚平	子	克彦	59	高畑	3万円
指宿百合子	義母	アキ	100	蓼池	3万円
福田 節子	夫	一夫	76	上米	3万円
鈴木美江子	夫	重孝	92	梶山	10万円

町の老人医療の話

近年、老人保健制度で必要とされる老人医療費は増え続けています。老人保健制度は、高齢者が安心して医療を受けられるように、国民みんなで医療費を出し合う制度です。高齢社会に適應できる医療保険制度を維持し、安心して医療を受けられるように、老人医療費の状況を理解し、医療費の有効利用を考えてみましょう。

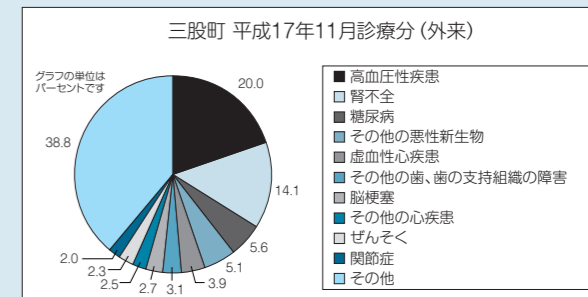
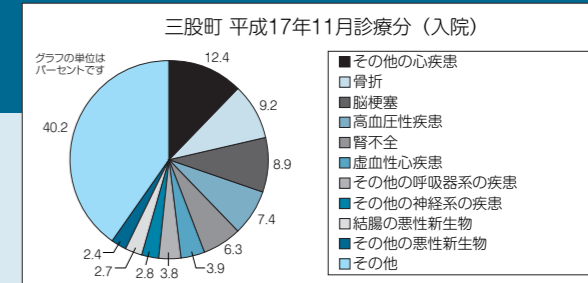


このように、老人医療費はみんなで支えられています。◎三股町の老人医療費の状況はどのようになっているのでしょうか。三股町と県平均との年間一人当たり老人医療費の比較をしてみましょう。平成17年度に三股町で支払った老人医療費の総額は約21億円でした。



町の年間1人当たりの老人医療費は、健康保険法などの一部改正で平成15年度は低下したものの、17年度はかなりの伸びを示し、79万6,673円と県平均を上回っており、特に「外来」では県内でも上位にあります。

それでは、どのような病気で医療機関にかかっているのでしょうか。右のグラフは、平成17年11月に町内老人医療受給



者が医療機関にかかった病気ごとの状況を表したものです。上のグラフをみてみると、高血圧性疾患、腎不全、脳梗塞（のうこうそく）などの生活習慣病が多く占めているのが分かります。生活習慣病は長期的な療養を必要とし、ほかの病気も併発しやすく、その分医療費も多くかかってしまいます。

◎正しい生活習慣を身につけてみんなで健康寿命を延ばしましょう！

- 栄養** 楽しく食事をとるための工夫して、いろいろな食べ物をバランスよくとりましょう。
- 運動** 掃除や入浴、ストレッチ、ウォーキングなど、無理せず楽しみながら体を動かしましょう。
- 休養** 体の疲れをとるだけでなく、本や新聞を読んだり映画や絵を鑑賞したりするなど、心にも休養を与え、その日のうちに解消しましょう。

■問い合わせ 町民保健課 国保年金係
☎52-1111（内線116）



華やかに「文化の祭典」 多彩な内容で2500人 3部構成で2日間



三股町文化の祭典(同実行委員会主催)は、2月11日と12日の2日間にわたって文化会館で開かれ、延べ約2500人が訪れました。

3部構成の多彩な内容で開かれる本行事は今年で7回目。本町の文化芸術と生涯学習活動の発展を目的としています。

第1部は「童謡まつり」。コーラスグループや小学校など17団体約430人が出演し、息のあったハーモニーを披露しました。

また、特別ゲストとしてNHK全国学校音楽コンクール・宮崎コンクールで最優秀賞に輝いた広瀬北小学校と住吉小学校の両合唱部も出演。その美しい歌声は、会場をうっとりとした雰囲気包みこみました。

同日午後からは、第2部「文化芸能まつり」を開催。短歌愛好者

や小学生による歌詠みや、町内4つの舞踊団体や師匠らによるあややかな舞台が続きました。翌12日は、町ジュニアリーダークラブ(山崎雪乃会長・19人)による早馬龍雲太鼓の演奏で幕を開けた、第3部「元気まつり」が開催されました。

舞踊や歌、楽器といった公民館教室など、生涯学習に励む25団体約280人が日ごろの練習の成果を発表。緊張しながらも発表が終わった出演者は皆笑みをこぼしていました。

生涯学習講演会では、落語家の三笑亭夢之助氏が「健康は笑いから!」と題して講演。「泉重千代さんは他界するときに、『わたしは一生を笑いで過ごした気がする』と話したそうだ。それほど笑いは大切なもの。明日から笑って頑張っていきましょう!」

「感謝の気持ちを態度で表せられる人になりたい。感謝の気持ちを忘れず、自分なりに誇りを持って前進していきたい!」

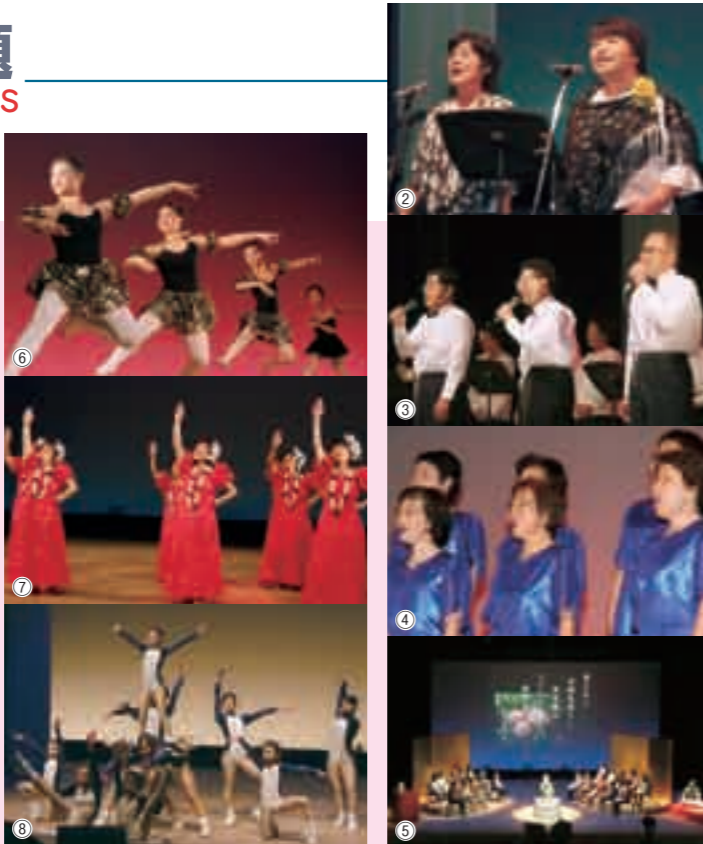
意見発表者
桑畑 芳奈さん

その後、14歳の節目を迎えた全員が目標や誓いを述べる「群読」や合唱を行い、皆高らかに声をそろえました。

式では、2年生の代表者2人が意見発表。大盛和也さんは「信頼される人になります」と決意を述べ、桑畑芳奈さんは「感謝を態度で表せられる人になります」と力強く決意を述べました。

三股中2年生
立志式で新たな決意

2月14日、三股中学校(山元博司校長・963人)の2年生331人を対象に、「立志式」が文化会館で開催されました。



- ①～④息のあったハーモニーに会場は拍手の渦(11日、童謡まつり)
- ⑤小学生も参加した歌詠み会(11日、文化芸能まつり)
- ⑥国際交流員シャル・ヤナ指導のクラシックバレエ。優雅に演じました(12日、元気まつり)
- ⑦～⑫多彩な教室の日ごろの練習の成果を披露。出演者皆さんいい顔をしていました(12日、元気まつり)
- ⑬国際交流コーナーではフランスとアメリカを紹介しました(11日・12日、ホワイエ)
- ⑭見事な作品がズラリ!生涯学習作品展示(11日・12日、ホワイエ)
- ⑮初参加となった琴教室(12日、元気まつり)

今後もたくさんのご参加お待ちしております!

と訴えました。氏の笑いを交えた軽快な口調には、満席の場内も終始和やかな雰囲気でした。

また、期間中、ホワイエでは生涯学習教室の作品展示や国際交流コーナーの展示なども行われ、訪れた人々の目を楽しませていました。

「緊張しましたが、踊り終わった後の快感は発表ならではの、やりがいにつながります。みんなの気持ちが一つになって練習も盛り上がり、若い人たちと触れ合うのが楽しい。ずっと続けていきたいですね!」

ブアローズ
こすもす会
(9地区)
益山トミ子さん



「外国の人と話すのは初めてだったので緊張したけど、一緒に踊ったりできてうれしかった!」

すみれ保育園
中野花菜ちゃん
(6歳)

子どもたちは、はじめは緊張しながらも次第に笑顔に変わっていました。

子ども世界まつり
園児ら国際文化に触れる

2月16日、町教育委員会は、「三股町子ども世界まつり」を文化会館で開催しました。

参加したのは各国の民族衣装などで仮装した町内保育園や幼稚園の園児ら総勢200人。町国際交流員のシャル・ヤナさんが協力を呼び掛けた近隣市町村の国際交流員など合わせて15人と英語の歌を歌ったり、動物のものまねをして英語でその名前を当てるゲームをしたりしました。

Children 子ども

健康管理センターからのお知らせ

●健康管理センター ☎52-8481

●赤ちゃん健診

- 期日=4月6日(金)
- 受付=午後1時15分~1時45分
- 持ってくるもの=母子手帳

●もぐもぐ(離乳食)教室

- 期日=3月20日(火)
- 時間=午前9時30分~正午
- 持ってくるもの=母子手帳、バスタオル、おんぶひも、エプロン、三角きん

※託児あります。お気軽にお越しください。

●予防接種【ポリオ】

- 期日=4月12日(木)
- 受付=午後1時~2時
- 受けられる年齢=生後3カ月~90カ月(7歳6か月未満)
- 受けるのが望ましい年齢=生後3カ月~18カ月
- 持ってくるもの=母子手帳、印かん
- 注意事項=ほかの予防接種との間隔は4週間以上あけてください

子育て支援センターからのお知らせ

●子育て支援センター ☎52-9101

●お誕生会

- 期日=3月22日(木)
- 時間=午前10時45分~11時45分
- 内容=2・3月生まれのお友達をきているみんなでお祝いします。

●親子教室

- 期日=3月29日(木)
- 時間=午前10時30分~正午
- 場所=行き先は未定です。
- 内容=「おさんぽ」

●友達つくろう!一緒にあそぼう!

- 期日=3月15日(木)
 - 時間=午前10時45分~11時30分
- 子育てサークル「いもん子クラブ」さん

●親子ふれあいコンサート(小さな音楽会)

- 期日=3月27日(火)
- 時間=午前11時~正午
- 場所=総合福祉センター「元気の杜」大会議室

●ボンジュール・ヤナ!

- 期日=3月13日(火)
 - 時間=午前10時30分~11時30分
- 町の国際交流員であるフランス人のヤナさんとお話やゲームをしてみませんか!

乳幼児健康支援一時預かり(病後時保育)について

●児童福祉係(内線166)

4月1日から病後時保育制度が始まります。これは、もうしばらく安静にする必要がある「はやり病」の「回復期」にある児童で、保護者が仕事などにより家庭で保育できない児童を看護師が常駐する保育施設で預かる制度です。保護者の子育てと就労の両立を支援します。

- 実施施設=稗田保育園「とっこのもり」☎52-5889
- 対象児童=保育園に通う乳幼児から小学校3年生までの児童
- 入所定数=1日に2人まで
- 利用時間=月~金曜日 午前8時30分~午後5時30分
土曜日 午前8時30分~正午
- 利用料金=1日当たり1,500円

※詳しくは、福祉課までお問い合わせください。

General 一般

健康管理センターからのお知らせ

●健康管理センター ☎52-8481

●リズムウォーキング

- 期日=3月19日(月)
- 時間=午前11時~正午

※ストレッチや「歩く」動作を中心とした運動を1時間程度行います。

~チャレンジウォーキング~ 楽しく歩いて健康づくり

春は外出が楽しくなる時期です。健康づくりを兼ねて余暇を楽しむのもいいのではないのでしょうか。

ウォーキングは、いつでもどこでも気軽にできる有酸素運動の代表で、メタボリックシンドロームの予防、改善におすすめです。

○ウォーキングには主にこんな効果があります。

- ・心肺機能が高くなり、心臓、肺に持久力がつく
- ・内臓脂肪を減少させる
- ・糖尿病を防ぐ
- ・血圧を低下させる
- ・骨粗鬆症(こつそしょうしょう)を防ぐ
- ・ストレスの解消

靴さえあれば始められるウォーキング。合わない靴は足を疲れやすくしたり、痛めたりする原因にもなります。

きっかけ作りのためにも、まずは靴選びから始めてみるのもいいでしょう。

【靴選びのポイント】

- 甲………圧迫されず、ひも結びがよい
- かかと…手の小指の第1関節が入るくらいの空きがあり、つま先立ちしてもかかとが脱げない
- つま先…指先に1センチほどゆとりがあり、指が自由に動く。靴の返りがよい(つま先から1/3の所で曲がる)
- 靴底………衝撃吸収が良く、厚めのもの

材質………負担にならない程度の軽さで通気性が良い

重度障害者タクシー料金助成

●社会福祉係(内線165)

町では、心身に重度の障害がある人に対して、タクシー券を交付しています。

- 対象者(次の障害者手帳所持者)=
 - ・身体障害者手帳1級(視覚障害者は1~2級)
 - ・療育手帳A
 - ・精神障害者保健福祉手帳1級
- 持ってくるもの=印かんと障害者手帳
- 受付開始=4月2日(月)から

Advanced age 高齢者(介護保険)

Long term care Insurance

介護保険要介護認定の更新申請について

●介護高齢者係(内線163)

認定有効期間満了日の60日前から更新の申請ができます。実際にサービスの利用がある人は、更新の手続きをしないと、全額自己負担となりますので、ご注意ください。

現在、介護保険サービスを利用しない人については、手続きの必要はありません。今後利用するときに認定の申請をしてもかまいません。

「在宅高齢者生きがい活動支援通所事業」・「軽度生活援助事業」の利用について

●介護高齢者係(内線169)

在宅高齢者生きがい活動支援通所事業または軽度生活援助事業を利用している人が、介護保険認定申請をした場合には、介護保険サービスとの重複利用ができませんので、ご注意ください。詳しくは、福祉課までお問い合わせください。

居宅サービスの申請について

●社会福祉係(内線164)

障害者自立支援法が制定され、身体障害者、知的障害者、精神障害者、障害児のサービス内容が変わります。

現在、町では、在宅で生活する人で、居宅サービスを利用する人の申請書を受け付けています。

4月からの利用を計画中の人は、早めに申請を行ってください。詳しくは役場福祉課にお尋ねください。

- 持ってくるもの=印かんと障害者手帳

地域包括支援センターからのお知らせ

●地域包括支援センター ☎52-8634

~認知症の予防についてのQ&A~

Q1 認知症と老化によるもの忘れの違いにはどのようなものがありますか?

A. 次のような違いがあります。

老化によるもの忘れ	認知症の症状
体験の一部を忘れても全体は忘れない。	体験の全体を忘れる。
物の名前は忘れることが多いが、ものごと自体は忘れない。例)食べた献立は忘れるが、食べた事実は忘れない。	物の名前だけでなく、ものごと自体も忘れる。例)食べた献立だけでなく、食べた事実まで忘れる。
もの忘れを自覚している。	もの忘れの自覚に乏しい。
人、場所、時間に関しては、ほぼ正しく認識できる。	人や場所、時間を正しく認識できにくくなる。
日常の社会生活に支障はない。	日常の社会生活に支障をきたすことがある。

Q2 認知症は予防できる?

A. できるものと困難なものがあります。

認知症の予防は原因によって違います。原因疾患としては100種を越えるといわれていますが、大きくは2つに分類され、アルツハイマー型認知症(※¹)と脳血管性認知症(※²)に分けられます。

アルツハイマー型認知症は原因不明で、予防が困難な状況にあります。

一方、脳血管性認知症は原因の除去を行ったり、普段から健康管理に努めたりすることで予防することができます。

※¹ アルツハイマー型認知症:

老年認知症の2大型の1つで加齢により脳が次第に萎縮していき、精神機能全般のほぼ均等な低下(全般性認知)が特徴です。最近では、認知症の半数以上を占めるといわれています。ただし、若年性アルツハイマー病(18~64歳)とは区別します。

※² 脳血管性認知症:

老年認知症の2大型の1つで脳の血管病変、主に小さな多数の脳梗塞(のうこうそく)によって起こり、症状も多様(まだら認知)です。

また、「笑う門には福来たる」といわれるように、全般的に「笑うこと」は、身体にも精神にもとても良いことだといわれています。

「笑うこと」の効用

- ・ストレスを解消させる
- ・人間関係がよくなる
- ・自律神経のはたらきがよくなる
- ・痛みをおさえる
- ・細胞や血管を若々しくする
- ・脳を刺激する
- ・免疫力を高める

最近、笑っていますか?
ぜひ、笑いの多い日常生活を送るよう
心掛けましょう。





いきいきげんき!

～大人もいっしょに「食育」～

● 問い合わせ：
健康管理センター
☎52-8481

★きちんと食べる ～その④～

◎健康のバロメーター

顔色や食欲、体温、気分など健康のバロメーターはさまざまです。中でも、毎日自分が出した、「便」を確認することは大切です。なぜなら、便は食べたものが体の中を通過して出来あがったものだからです。便を見れば正しい食生活をしているかの確認もできます。

◎いい便?悪い便?

色: 黄色から茶色の間
硬さ: バナナ状で、硬すぎず軟らかすぎず

におい: あまりにおわない

※次のような便は改善しましょう※

◆半ねり状便

においも強く、黒っぽい茶色でねっとりしています。肉ばかり食べて野菜が少ないと出ます。

◆カチコチ便

野菜、運動、水分のどれかが不足していると出ます。

◆軟便

一時的な場合もありますが、数日続くときは食事以外の原因も考えられます。医療機関を受診しましょう。

◎毎回チェックしてみよう

便の確認は、子どもから大人まで誰でも簡単にできます。今日からぜひ、チェックしてみましょう。

4つのお血をそろえましょう! いちごのクイックパバロア
【白の血のメニュー】 120^円 120^円

材 料 (4人分)	つ くり 方
イチゴ...100 ^g バナナ...1本 プレーンヨーグルト...1カップ 砂糖大さじ...6 氷...6コ 粉ゼラチン大さじ...1(10 ^g) 水大さじ...4	①ゼラチンは分量の水でふやかし、電子レンジで40～50秒かけて溶かす。 ②イチゴはへたをとり、バナナは皮をむいてちぎり、ミキサーに入れてヨーグルト、砂糖、氷を加えてなめらかにかき混ぜる。さらにゼラチン液を加え30秒ほどかき混ぜ、器に注ぐ。 *冷やさなくてもすぐに食べられます。

食育って? 毎日の食事によって身体が作られ、食事の質によって健康の質まで変わってしまいます。食べ物を選ぶ力、正しい知識を身につけ、心も体も健全な食生活を実践することができる人間を育てる教育のことです。

税

● 問い合わせ：税務財政課 TEL 52-1111(代) FAX 52-4944

町県民税申告のお知らせ

●住民税係(内線133・134)

平成19年度町県民税の申告受け付けが始まっています。申告期限は3月15日(木)までとなっています(土・日曜日は除く)。

申告日時や場所などについては、各戸配布してあります「平成19年度申告のお知らせ」を参照してください。

申告をしていないと、町県民税の所得証明などが発行できません。

また、国民健康保険税を算定する際の軽減判定にも影響がありますので、該当者は必ず申告をしてください。

固定資産課税台帳の縦覧などについて

●資産税係(内線142・143)

平成19年度の固定資産課税台帳と土地・家屋評価縦覧帳簿の縦覧・閲覧は次のとおりです。

・町税の納付は「安心・便利・確実」な口座振替のご利用を! ・この社会 あなたの税がいきている ・たばこは町内で買いたし

みまた 暮らしのカレンダー

1. March ~ 14. April 2007

※診療時間 午前9時～午後6時
※やむを得ず変更する場合がありますので
☎23-5555でご確認ください。
(※夜間/都城救急医療センター☎39-1100)
※歯科については☎25-4100に
問い合わせてください。

◎3月の予定

1	木	・缶・びん	
2	金	・可燃物	
3	土		
4	日	◎三嶋内科(内) ☎24-7171(鷹尾) ◎しげひらクリニック(内) ☎27-5555(神之山町) ◎山田医院(内・小・リウ・アレ) ☎64-2816(山田町) ◎福島外科(外・胃) ☎38-1633(都北町) ◎とまり内外科胃腸科(内・外・胃) ☎52-1135(三股町) ◎西浦耳鼻科(耳鼻) ☎22-0715(松元町)	
5	月	・不燃物	・図書館休館日
6	火	・可燃物	
7	水		
8	木	・トレイ・ペット	
9	金	・可燃物	
10	土		
11	日	◎村上クリニック(備・内) ☎25-2700(宮内町) ◎松山医院(内・呼吸・リウ) ☎24-1046(上川東) ◎政所医院(内・小) ☎58-2171(高城町) ◎柳田病院(脳・外) ☎22-4862(東町) ◎はまだクリニック(外・胃・肛) ☎45-2266(祝吉町) ◎宮田眼科(眼) ☎22-1441(蔵原町)	
12	月	・不燃物	・図書館休館日
13	火	・可燃物	
14	水		・図書館休館日
15	木	・缶・びん	
16	金	・可燃物	
17	土		
18	日	◎瀬ノ口医院(内・消) ☎25-5155(姫城町) ◎久保原田中(内・小) ☎22-7700(久保原町) ◎佐々木医院(内) ☎62-1103(高崎町) ◎吉松病院(外・整) ☎25-1500(蔵原町) ◎ならはら皮膚科(皮膚) ☎22-1455(志比田町) ◎いそいち産婦人科(産・婦) ☎22-4585(平塚町)	
19	月	・不燃物	図書館休館日
20	火	・可燃物	

21	水	◎おおくほクリニック(内) ☎26-1500(千町) ◎黒松病院(内) ☎38-1120(金田町) ◎海老原内科(内・小) ☎64-1211(山田町) ◎宗正病院(外) ☎22-4380(八幡町) ◎横山病院(産) ☎22-2806(都島町) ◎中山耳鼻科(耳鼻) ☎24-2648(妻ヶ丘町) 図書館休館日	
22	木	・トレイ・ペット	
23	金	・可燃物	
24	土		
25	日	◎有川医院(呼吸・胃) ☎24-6677(上川東) ◎沖水子どもクリニック(小) ☎27-5656(太郎坊町) ◎畠中医院(内) ☎52-6000(三股町) ◎たかお浜田(外・内) ☎22-8818(鷹尾) ◎永井整形外科(整) ☎51-1122(三股町) ◎北原医院(産・婦) ☎22-4133(北原町)	
26	月	・不燃物	図書館休館日
27	火	・可燃物	
28	水		
29	木		
30	金	・可燃物	
31	土		

◎4月の予定

1	日	◎柳田病院(脳・外) ☎22-4862(東町) ◎あきと内科胃腸科(内・胃) ☎46-5500(都原町) ◎教山医院(内・小) ☎62-1205(高崎町) ◎浜田医院(胃・外) ☎22-1151(牟田町) ◎寺本整形(整) ☎22-1171(北原町) ◎やの耳鼻科(耳鼻) ☎27-5222(吉尾町)	
2	月	・不燃物	図書館休館日
3	火	・可燃物	
4	水		
5	木	・缶・びん	
6	金	・可燃物	
7	土		
8	日	◎ふくしまクリニック(内・消・小) ☎46-5001(下川東) ◎とくとめクリニック(内・番・消) ☎26-1820(一万城町) ◎竹田内科(内) ☎38-1036(高木町) ◎よしかわクリニック(麻・整・内) ☎23-9384(前田町) ◎山路医院(外・内) ☎64-3133(山田町) ◎西元眼科(眼) ☎25-8888(中原町)	
9	月	・不燃物	図書館休館日
10	火	・可燃物	
11	水		
12	木	・トレイ・ペット	
13	金	・可燃物	
14	土		



◎今月の表紙

『はい! わたしわかったあ!』



世界子どもまつり

2月16日、町教育委員会は、文化会館で「三股町世界子どもまつり」を開催しました(9^頁に関連記事)。参加した園児たちは、世界各国から来日している国際交流員に話すことなく英語での会話などを楽しみました。今以上に国際化が予想される将来、この経験を生かした子どもたちが、世界に羽ばたく様子が目に浮かびます。



「保育園の思い出」

【今回のテーマ】
 蓼池保育園年長児編

人生の一つの節目

卒園、卒業、退職…。
 3月は一年の中で一つの区切りの月でもあります。
 今回は、今年3月で卒園する蓼池保育園のすみれ組の子どもたちに「保育園での思い出」を覚えてもらいました。
 「卒園は寂しいけれど、小学校は楽しみだよ！友達いっぱい作りたい！」目を輝かせて話してくれた子どもたちでした。



わが家の一番星



たがみひろな
田上央奈ちゃん(3歳)
 ◎平成15年10月2日生まれ
 ◎英次さん・由美子さんの長女

笑顔のかわいいヒロちゃん。これからも、元気に大きくなってね♪



とみやまかいしろう
富山海舟くん(1歳)
 ◎平成17年11月19日生まれ
 ◎倫太郎さん・美穂さんの長男

元気でたくましい子に育ってください。

お便りやイラスト、お子さまの写真を募集しています。
 皆さまからのお便りを募集しています。ふだん生活で感じたことや皆さんへのお願いごとなどを400字以内に、またアニメのヒーローなどをお書きの上、お送りください。

◎わが家の一番星
 3歳以下のお子さまの写真とコメントを添えてお申し込みください。
 ■問い合わせ 総務企画課企画政策係 ☎52-1111

■茶しよけ
 『今の子どもたちはつらやましいな』。2月14日、三股中学校立志式の中で、2年生の生徒たちが友達や家族、先生にあてたメッセージがスクリーンに披露されたのを見てそう思いました。▽友達がいるから今の自分がある。いつも一緒に笑ったり泣いたりしてきてありがたう。『いつもはずかしくて言えなけれど、親にはすごく感謝しています』先生、わたしたちのために真剣に怒ってくれてありがたう。…。映し出されるメッセージはどれも「感謝」の言葉ばかりです。生徒たちの飾らない素直な気持ちに目頭が熱くなりました。▽自分が中学2年生のころには、周りにこれほど感謝の気持ちを伝える機会があったらどううか。当時の自分と彼らを重ねてみると、その「差」は歴然でした。▽自分の素直な気持ちが映し出されて満足そうな笑顔を見せる生徒たち。わたしの時代になかった「立志式」は今の生徒たちを一回り成長させるものだと感じました。彼らには個々が立てた志を忘れず、これからも多くのことを学んでほしいものです。〈へ〉

三股文芸

99

「短歌」◆三股短歌会

車えびそつともみから取りたれば 助けそぶがに活きよく跳ぬる

葉畑 洋子

「俳句」◆三股椿俳句会

耳澄ます初音の山を賜りし

荒武 文博

毎年暮れに送っていたたく車エビは、いきがよくておいしいのですが、生きたままのエビを料理するのは、なんだかかわいそうです。「エビさん、ごめんなさい」とわびながら料理するわたしです。

旭ヶ丘運動公園をよく歩く。思いもかけず、ウグイスが鳴いてくれる。初音だ。笛子から一段と美声になって春を告げる。もったいない気持ちで聞きはれる。いい日いい山をいただいた。

春がすみ白き砂ふむ御所の道 音の途絶えし静けさに酔ふ

津曲 香代子

北国に北国の良き鳥帰る

内村 初美

由緒ある京都御所。春の特別拝観の好機を得ました。紅梅、白梅の香に酔いながら古式のまま現存されている紫宸殿や内裏を散策。荘厳な静寂さに圧倒されながら、白い砂を踏みしめ、いにしへの悠久な世界にしばし感動でした。

この数年、わたしはめっきり寒さに弱くなった。この季節、秋に日本に渡ってきた渡り鳥は、また北へ帰っていく。しばらくは暖かくなったこの国から、シベリアへ帰っていくのだが、それも何か北国の良さがあるのだろう。

◎町章
 町の木「イチョウ」を図案化したもので、外形は丸く円満で輪、すなわち和やかさを表し無限を意味しています。

◎町の花／サツキ
 ◎町の鳥／ホオジロ
 ◎町の木／イチョウ

◎町のおいたち
 三股町にはいろいろ発掘される土器から、新石器時代より各所に人が住んでいたことがうかがわれます。また、その名の起源は「古くから川三条、股になりて流れたり」と古書にあって、その名「三股」をとどめているといわれています。徳川時代は薩摩藩に属し、明治初年五戸長を一元として、戸長役場と改称しました。当時の地頭三島通庸公は荒涼たる原野に土木をおこし、産業を奨励し教育の振興をはかつて村造りをなし、ここ三股の基礎が築かれたのです。

◎町章
 町の木「イチョウ」を図案化したもので、外形は丸く円満で輪、すなわち和やかさを表し無限を意味しています。

◎町の花／サツキ
 ◎町の鳥／ホオジロ
 ◎町の木／イチョウ

◎町のおいたち
 三股町にはいろいろ発掘される土器から、新石器時代より各所に人が住んでいたことがうかがわれます。また、その名の起源は「古くから川三条、股になりて流れたり」と古書にあって、その名「三股」をとどめているといわれています。徳川時代は薩摩藩に属し、明治初年五戸長を一元として、戸長役場と改称しました。当時の地頭三島通庸公は荒涼たる原野に土木をおこし、産業を奨励し教育の振興をはかつて村造りをなし、ここ三股の基礎が築かれたのです。

発行・編集／三股町総務企画課
 〒889-1995 宮崎県北諸県郡三股町五本松1番地1
 TEL0986-52-1111 FAX0986-52-4944
 URL http://www.town.mimata.miyazaki.jp/



100 この広報紙は、古紙配合率100%の再生紙を使用しています。

みまた座
3期生
本公演!!

イラスト：三股中学校美術部



雨ときどきくもりまたは晴れるでしよろ

作：森永明男／演出：永山智行

〔ものがたり〕

9月のとある日。雨が急に降りだした。バス停前のコインランドリーには、雨宿りの子どもたちがやってきた。大きなバッグを抱えた小学校6年生の郁子は、母とケンカしてどうやら家を出てきたらしい。けれど、勇気がなく、なかなかバスに乗ることができずにいる。そこへ、同級生たちやいとこの女の子、妹、はたまちよとおかしな人々もやってきた。郁子の生まれてはじめての家出は、果たしてどうなっていくのだろうか…

昨年度に「せりふを書いてみる?」から誕生した作家、森永明男(三股町在住)が、みまた座の子どもたち一人ひとりの個性にあてて書いた“オーダーメイドな作品”です。

日 時：3月25日(日) 2回公演
午前の部：開場／午前10時30分 開演／午前11時
午後の部：開場／午後2時30分 開演／午後3時

上演時間：約60分

料 金：一律…300円 ※全席自由

出 演：みまた座、あべゆう／上元千春／濱砂崇浩(以上・こふく劇場)ほか

cool!



繊細でパワフルな
5人のアーティストによる
セッションに
ご期待ください!
ぜひお見逃しなく!



JAZZ
JAZZ
CLUB

日 時：3月16日(金) 開場／午後6時30分 開演／午後7時
上演時間：約110分(休けい込み)

料 金：一 般……………2,000円(当日2,500円)
小学生～高校生…1,000円(当日1,500円)
ベ ア……………3,000円(100組限定、前売りのみ)

※就学前児童も入場できます。ただし、お席を確保する場合は学生料金(小学生～高校生)となります。

出演者：SWING FIVE



松崎 加代子
【ヴォーカル】



服部 義満
【テナーサクソ】



古地 克成
【リーダー&ドラム】



安東 昇
【ウッドベース】



野本 晴美
【ピアノ】