

特集

ひと

み

しよく

わたしたちに良い食べ物とは何か
「食」の秘けつを考えます

食のレシピ



※写真は昨年度公演風景

みまた座6期生 本公演

非日常生活毎日 (ヒニチジョウセイカツマイニチ)

作／野島彩 演出／永山智行

開催日時

3月28日(日) ※2回公演
1回目：開演11時
2回目：開演15時

■料金／一律 300円 ※全席自由

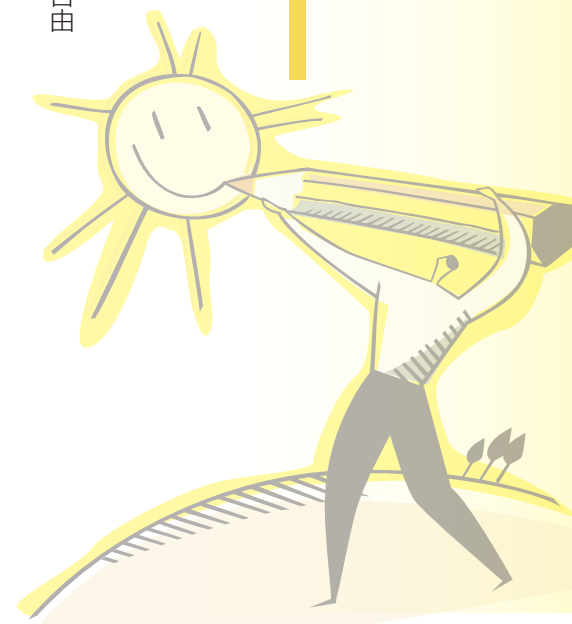
■場所／三股町立文化会館

■主催／三股町・三股町教育委員会

■お問い合わせ・チケット販売／

三股町立文化会館 ☎0986(51)3462

※内容などに変更がある場合があります。



飽食にあって食の安全が問われる時代、子どもたちには

「安心・安全なものを食べさせたい」。そう思う保護者も多いのではないだろうか。

ひと(に)

よ(い)

しよく

食のレシピ

人に良いと書いて「食」という字になる。

「食」への関心が高まる今、

わたしたちに良い食べものとは何か、何をどう食べればいいのか。

今号では「食」の秘けつを探る。

食の安心・安全とは

現代は、インスタント食品や輸入食品が容易に手に入り、「季節もの」の食材も一年中手に入る時代になった。その一方で、問われている「食」の安全。産地偽装をはじめとしたわたしたちの食を脅かす問題も記憶に新しいところだ。「農薬がどれだけかかっているか分からない」「本当にこの産地のものなのか疑問」。食への不安は募るばかりだ。

そんな中、近年、食品を扱う店舗では、生産者、産地や流通経路を示した商品を目にする事が多くなってきた。このトレーサビリティは、まさにわたしたち消費者の「食の安心・安全」のためのものだ。加えて生産者と産地がわたしたち消費者に近ければ近いほど、互いの顔が見えることで信頼関係が生まれる。安心、安全を求めるわたしたちにとってはうれしいかぎりだ。

地場産品をその地域で消費する

今や全国で取り組まれている「地産地消」は、地域の食材・食文化への理解促進、経済の活性化、食料自給率のアップなど、さまざまな効果に期待が寄せられているが、わたしたち消費者のメリットは何といっても「安心・安全」。「子どもには安心で安全なものを食べさせたい」。そう思う保護者も多いのではないだろうか。

町も「安心・安全」の観点を踏まえ、本年度から「地場農畜産物利用拡大事業」として、地場産品を利用した学校給食に取り組んでいる。



豊潤な大地がはぐくむ産物は、わたしたちの食卓に並べられるまでの距離と時間が短いほど、新鮮なものとなる



給食は子どもたちの体を作るもの。だからこそ、良いものを食べさせたい
(写真は1月15日の「地産地消の学校給食」)

町学校給食センター

学校栄養職員 下野洋子さん



学校栄養職員の下野洋子さんは、現在、「地産地消の学校給食」に携わる一人だ。

本年度、国は経済危機対策の一つとして「学校給食地場農畜産物利用拡大事業」を推進。現在、県下一斉にこの事業に取り組み始めた。本町でも給食を通して子どもたちに「食と農」の結びつきを学んでもらい、町の農業に関心を持ってもらおうと独自の「地産地消の学校給食」に取り組んでいる。そんな「地産地消の学校給食」に下野さんは人一倍思い入れがあるという。

「もう20年も前のことです。自分の子どもが食物アレルギーになりました。当時はまだアレルギーという言葉も認知されていない時代。保護者として、栄養士として悩んだこともあります。それがきっかけで食の安全に目が向いていきました」。

そう話す下野さんは、子どもに安心して食べさせられるものは何かを常に考えてきた。

写真は1月20日の給食のメニューは、けんちん汁、サンマの塩焼き、おろしダイコン。ニンジン、ダイコンやサトイモは町内産のものだ。毎日のメニューでそろえられる食材は町内農畜産物をふんだんに使っている。

※レシピ
料理法のほか、秘けつ、秘伝という意味があります。

生産者インタビュー



露地野菜生産者

宮田 廣一さん(梶山)

現代は安心安全がうたわれる時代ですから、農業の使い方にしても、とても慎重になります。苦勞もありますが、「あんたのところの野菜はもう売り切れていたよ」と直接言われたり、同じ価格でも自分の作ったものを買ってくれたりすると生産者はもっと良いものを作りたいと思うものです。また、誰が食べてくれているのか分からないよりも、身近なところで「宮田」の名前で買ってくれる人もいと聞くと励みになります。町の子どもたちがこの野菜を食べてくれるのはやっぱりうれしいです。「作って楽しみ、売って楽しみ」ですね。



白ショウガ生産者

宮里和広さん(右)

宮里一孝さん(左)(小鷲巣)

地元で取れたものを地元で消費することはとても良いことです。生産者は自分の子どもを育てているというぐらいの思いを持って作っています。ですから「おいしい」と消費者から直接掛けられる言葉が励みになります。それが良いものを作り「ブランド」となっていくのです。言わば「ブランド」とは地元で消費することから始まるのだと思っています。地元で使いたいというときは協力していきたいです。給食で食べることを通して、将来、子どもたちに「ショウガを作ってみたい」という意識が芽生えてくれればうれしいです。

「『このダイコンは誰々さんの作ったものだね』そんな会話を想像するとワクワクします」と下野さん。町独自の取り組みで、「学校給食用ハンバーグ」の開発も急ピッチで進められている。100軒町内農畜産物を使ったハンバーグ。夢は尽きない。

「子どもたちの健康を育てるには大人の姿勢が問われます。保護者、学校、地域、自治体が共通理解を持ち、食べることに真剣に向き合わないければならないと思います。ですからわたしは女性の立場、保護者の立場で子どもたちの健康を考えるようにしています。以前から考えていた地産地消が現実になった今の世の中の流れがうれしいですし、楽しいです」。

同じ方向を向いて考えてくれる人がいる。一人ではなく、みんなでできる。だから楽しい。下野さんは地産地消の給食を何十年も続けていきたいと笑った。

ひと(に)よ(い)

しょく食のレシピ

「人に良い」レシピとは

「学校給食は子どもたちの成長、健康の手伝いをするもの。子どもたちに『良いもの』を食べさせたい」。下野さんはこのまちの子どもたちをわが子のように思っている。それは言わばこのまちへの愛情にほかならない。「自信を持って地元の子どもたちに食べさせたい」「もっとおいしくて安心安全なものを」と食材に愛情を注ぐ生産者。彼らの思いを子どもたちに届けようと料理する調理師たち。人に良い「食」とはそういった「愛情」の連鎖で作られるのだろう。

地産地消の学校給食が教えてくれる「食」のレシピ(＝秘けつ)。それは、食への関心と体への愛情を加味した食材、そして生命力あふれる食材をばぐむこの地域への愛情なのかもしれない。



多くの人の愛情が「地産地消の給食」をつくっている

「食べ物アレルギーの原因の一つでしかありません。例えば野菜などに使われている農薬、子どもを取り巻く生活環境、それらすべてが影響していると感じています。ですから地球環境や生活環境の改善も必要と感じています。それから体内環境の改善。体内環境の改善とは『良いものを食べる』ということです」。

良いものとは体にとって生きる力になるものと下野さんは話す。

「豊かな自然の中で生き抜いた生命力のあるものを食べることが健康につながると思います。できたものがわたしたちに近ければ近いほど、新鮮で生命力にあふれています。ですから、地元産のものがより生きる力になるのではないのでしょうか。地元産のものは、まず何よりも旬のものが食べられます。栄養価が高く、おいしいし、安い。距離が近いほうが輸送費などのコストもかからないし、燃料も掛からないですから、地球温暖化にも菌止めを掛けられると、いろいろな角度からみていいことだと思います」。

そう話す下野さんは地産地消をずっと考えていたという。「地元のもので給食が出せる。こんなに素晴らしいことはないです」。

そんな下野さんは、給食の献立を考えると、大切にしていることがある。それは、季節ごとに何が地場でとれるか、そのおいしさを引き出せる料理は何かを考えることだ。

「極論を言えば、いかに安全なものを子どもたちに届けることができるか。だから、料理、食

材へのこだわりが優先します。日本には美しい四季があつて、このまちでできるものがある。なるべく旬のものを生かすことが必要だと思っています。本当にこの料理を子どもたちに食べさせて責任が持てるのか。いつも自問自答を繰り返しています」。

地元の食材探しは直接生産者に会いに行く。目に留まった食材はまず自分で食べてみる。地元で手に入らない食材は、納入業者に産地や農薬の使用について、自分が納得できるまで聴く。「何ととっても、わたしたちの後ろには町の子どもたちがいますから。子どもたちは給食を選ばせんからね」。これが献立を任されている下野さんのスタンスだ。

一方、給食センターは、調理時間に限りがあるため加工品も使うが、ここにも下野さんの妥協はない。



自ら地元の食材探しへ出向く下野さん。地元生産者の人たちともすっかり顔なじみになり、笑顔での交渉が進む。下野さんの活動を理解し、協力してくれる地元生産者がいるからこそ、子どもたちに安全・安心な給食を届けることができる

「業者さんに『加工品は、堂々と子どもたちにこれを食べしてほしいと思える材料を使って作ってほしい』とお願いしています」。

さらに下野さんは

「ここは子どもの成長をお手伝いするところ。給食に携わる人みんなに感じてほしい。栄養士というよりも保護者の気持ちですね」と屈託のない笑顔で話した。

生産者と消費者が互いに顔の見える関係は物の流通だけではない。そこに生まれる信頼関係が「良いもの」をつくるのだという。

下野さんは現在、給食で使われる農畜産物の生産者を紹介したパンフレットも作る。「子どもたちにこんな人たちがこのまちにいるんだということをまず知ってもらえれば。また、家庭に持ち帰って、家族の会話につながればうれしいですし、将来、農業と子どもたちが結び付いてくれれば何よりです」。目標は100軒地元産の食材で給食を作ることだ。



給食で使われる農畜産物の生産者を紹介したパンフレットを作る下野さん。こうした地道な努力がやがて大きな結果となって現れるのだろう

※16ページに旬の食材を使ったレシピを掲載しています。毎月掲載していますので、そちらもご覧ください。

「業務上過失致死傷罪及び道路交通法違反（速度超過、酒気帯び運転）」、懲役2年6月、これがわたくしが犯した罪名と刑期でした。裁判の判決を言い渡されている間は「ああ…これで自分の人生も終わりか…」という思いで頭がいっぱいでした。覚えていることと言えば、証拠品として見せられた、亡くなられた被害者の写真と「あなたは生きて社会に戻ってくるができる」という裁判官の言葉だけです。

事故当時、29歳だったわたしは、飲食店に正社員として勤務していました。当日は土曜日で、深夜1時過ぎまで働いていましたが、終業直後に、わたしの歓迎会を開いてくれるという話があり、断る理由もなくそれを受けました。

近くの居酒屋に行くというのでしたが、次の日も出勤で、また全員が別々に行くのもよくないという暗黙の了解のような雰囲気もあり、わたしはアルバイトの2人を自分の車で送り迎えすることにしました。とはいえ帰り道に真っ直ぐに帰らず2人をドライブに連れて行ったのは、少しくらいの酒と距離なら平気だろうという甘えと、車を速く走らせればすごいと思われるだろうという歪んだ自己顕示欲だったと思います。そして、そのまま運転を始めたわたしは、5分としないうちに差

生かされているということ

し掛かったカーブで車を暴走させ、単独で事故を起こしてしまいました。

事故直後、特にケガのなかったわたしは、状況を軽く考えていました。しかし、わたしの呼び掛けに2人が反応することはありませんでした。助手席にいた1人はほとんど意識がなく、うめき声を出すだけでした。そして、恐ろしいことに後を振り返ると、そこにいたはずのもう1人は座席ごと消えていました。シートベルトを締めておらず窓も開いていたため、衝突のショックで外へ投げ出されてしまったのです。2人はすぐに病院へ搬送されたものの、後部座席にいた1人は、意識を取り戻すことはなかったそうです。わたしはそのまま逮捕されました。留置場に入ってから数日後に、遺族の方が面会に見えられました。亡くなられた方の最後の様子が知りたいとのことでしたが、わたしは冷静ではいられずに、何を話したのかわかりませんでした。その後、わたしから一度手紙を出しましたが、示談についての進展はありません。今のところは、強制保険から約3千万円が支払われているとのこと、わたしの家族がわたしにかわり謝罪や献花、焼香などを行ってくれていることがせめてもの償いといえると思います。

そんな家族も被害者だと言えます。本来関係ない事件に巻き込まれ、収監され

ているわたしに代わっていろいろしてくれている家族には、言葉にできないほど感謝しています。おそらく、わたしの知らないところでは、以前にない苦勞をしていると思います。そういうことも全て、わたしが与えた被害の一部なのだと思います。そう考えたとき、この先わたしが果たすべき責任は、一生かけても償えないほど大きいと言えます。けれど、だからこそわたしは、これからの人生を強く、真っ直ぐに生きていかなければと思います。

事故の後、しばらくの間は、現実を見るのができず、死にたいとさえ考えました。しかし、刑務所で生活する中で、周りに生かされている自分を強く実感するようになりました。そして、そんな周りの全てに対し感謝することができ、以前よりも謙虚になることができたと感じます。今は、あの裁判官の言葉は嫌味などではなく、前向きな指導だったのだと理解しています。

※ 讀いとは、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い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、友人など親しい人々から隔絶され、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、心の戒めにしたいだと思います。
〔助東京交通安全協会提供〕

Y・O 31歳 飲食店店員

新学期



2月はオーストラリアでは新学期の始まりです。州によって法律や学年の予定で始業の日と終業の日には違いがありますが、1学年で4学期あります。わたしの出身のビクトリア州では1学期は2月1日から始まります。各学期の長さは、8週間から10週間、その間に秋、冬、春休みが2週間ずつあります。夏休みは、12月20日から1月末までで、約6週間です。夏休みの宿題はほとんどありません。ビクトリア州の小学校は、入学する1年前から準備のために小学校に通います。もうすぐ6歳になるわたしのめいっ子のマリーは、今年から小学校に通い、来年1年生になります。なので、ビクトリア州では小学校には7年間通い、そのあと中学校はなく6年間高校に通います。

ビクトリア州の義務教育は17歳までなので高校の最後の2年間は通わずに就職もできますが、大学に行くためには必要です。最後の2年間は大きな試験が年に2回あり、勉強をした教科のポイントを集めて、よりレベルの高い大学を目指します。100ポイントのポイントの内98%を集めると、一番いい大学を受験できます。



キャレン・ブラウン

外国語指導助手のコーナー



劇団道化による「知覧・青春」



みまた座の集大成にご期待ください！
(写真は昨年度みまた座5期生)

Culture
文化会館



©問い合わせ
三股町立文化会館
〒889-1901 三股町大字樺山3404-2
TEL.51-3462 FAX.51-3561

★知覧・青春

12月11日、『知覧・青春』アイ・アム・ヒア』を開催しました。
この公演は、福岡を拠点に活動している「劇団道化」による鹿児島県「知覧」を舞台にした演劇です。

平成18年。天寿を全うして天国へやってきた香月今日子は、天国の受付係に「尋ね人」の依頼をします。彼女が探したい人は、60年前の戦争のとき、17才で特攻隊として飛んでいった恋人の柳川良彦。ところが、天国の死亡登録簿に、彼の名前はありません。驚く今日子に、係員は「消息検索機」を使って、良彦の消息を検索してみせます。

戦後、中学校の英語教師となり、自立した女性として生きた香月今日子の77年の人生を通して、「人間のこけいさ・素晴らしさ」、そして「戦争の悲しさ」を考えさせる青春物語でした。

演劇には物語を観客に視覚的にも訴える舞台装置があります。この物語

の舞台装置は、セットを組むとなんと最大で間口8間(14・4尺)、奥行き5間(9尺)になります。ところがこれを解体して車にぎゅうぎゅうに詰め込むと、最小でワゴン車2台ほど。秘密はエアーだそうです。こういった装置を始め、照明や衣装、小道具など、細部までこだわった舞台に、俳優陣の演技が見事に融合し、来場者も物語に見入っていました。

★3月のイベント情報

みまた座6期生 本公演

『非日常生活毎日』

(ヒナチジョウセイカツマイニチ)

作／野島彰 演出／永山智行

◇開催日時

3月28日(日)

1回目／開演11時

2回目／開演15時

◇料金

一律300円 ※全席自由

※内容に変更がある場合があります。

バンクーバーオリンピック

2月に始まるバンクーバーオリンピックにちなんで、開催国カナダや冬季オリンピック、冬のスポーツに関する本や視聴覚資料を展示コーナーに集めています。貸し出しもできますので、ぜひ一度ご覧ください。

おはなし隊がやってきました

1月16日、キャラバンカーにたくさんの絵本を積んで、おはなし隊がやって来ました。まず、隊長の黒澤令子さんと図書館職員とのおはなし会を開きました。大型絵本や紙芝居にみんなとても喜んでいました。その後、キャラバンカーを見学し、みんな思い思いに、気に入った絵本を手にとり、自由に読んでいました。たくさんさんの絵本とふれあい、親しむことができました。

おはなし会

12月25日、UMKテレビ宮崎アナウンサーの南出雅之さんによる「クリスマスおはなし会」を開催しました。



たくさんの絵本を積んだおはなし隊のキャラバンカー



アナウンサーのおはなし会に、子どもたちも大喜び

Library
図書館



©問い合わせ
三股町立図書館
〒889-1901 三股町大字樺山3406-8
TEL.51-3200 FAX.51-3751

当日はクリスマスということ、南出さんはサンタの赤い帽子をかぶり、1時間に8冊の絵本を読んでもらいました。館内の多目的ルームは100人あまりの親子でいっぱいになり、おはなし会を楽しみました。

中でも、「大阪うまいものうた」は、大阪出身の南出さんの語り口調としぐさに、子どもたちも一緒に体を動かしながら楽しみました。

最後に読んだ「てんでこてんばあちゃん」はUMKの第一回手作り絵本コンテストの最優秀作品で、図書館に一冊プレゼントしてくれました。また、参加者に図書館職員手作りのおみやげと一緒に手渡ししてもらい、とても楽しいクリスマスの一日を過ごしました。

■休館案内(17時くらいのカレンダー)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)



色鮮やかな発水に歓声が上がった



消防車両全14台によるパレード



総合優勝の第7部



服装や規律に審査員の目が光る



機械器具点検も行われる



一糸乱れぬ分列行進



式典に花を添えたラッパ隊



功績章の児玉昭人第7部長が受章のお礼を述べた

新春を飾る三股町消防出初式は、1月10日、岩下橋下流の河川敷で開かれました。
これは、団員の士気高揚と消防技術の向上を目的に、町と町消防団(中村修一団長・160人)が共催で毎年実施しているものです。
当日は式典に先立ち、消防車両14台によって、役場から会場までパレードが行われました。

見事な規律で 「消防出初式」

式典では桑畑町長が点検長となり、機動本部から第7部までの各部の服装や規律、機械器具の整備状況、発水の所要時間などの審査が行われました。また、町内11カ所の保育園で組織される「幼年消防クラブ」がかわいい放水を行ったほか、業務に長年功績のあった団員や家族、退職者などの表彰も行われました。
式は、終始厳粛な中に消防団の気迫と見事な規律を感じさせるものとなりました。
出初式点検(通常・備品)・発水の総合結果
1位/第7部
2位/第1部
3位/第6部

【消防庁長官表彰】

(内助の功) 西村昌子(第2部長夫人)

【町長表彰】

(一般) 和田靖利、丸山祐一、大浦英一郎、宮里新一、修行宏規、永井祐一郎、川越順一、別納広樹、徳田一郎、野崎勝彦、松川泰三、橋口和彦、二宮裕美子
(内助の功) 川崎紀久、杉山雅英、ミクロス・フエヤ、福田兼司、原口尚一、山元隆之、大峰康治、満行伸郎、河野孝則、村雲範久、福永栄一、北村正

【都地区農業共済組合長表彰】

(最優秀賞) 第1部 美、田上尚彦、木佐貫雄一、南崎正一、中前みどり、谷口さとみ、永田祐樹、金丸浩介、別府大輔
(優秀賞) 第2部、第7部

(退職報償(銀盃)受賞) 上水幸一郎(前機動本部班長)、盛田敏郎(前第3部団員、佐澤靖彦(前第7部班長))



かわいい発水を見せた幼年消防

【県消防協会都城支部長表彰】

(部) 第4部

(団員) 竹内正美、和田一則、黒木明郁、岡林栄三郎

(功績章) 児玉昭人(精績章) 田尻和吉、太田原俊一

(兄弟表彰) 中内達也・竜太、高山大器・太史郎

(内助の功) 西山美紀(機動本部副部長夫人)

【県消防協会長表彰】

(功績章) 児玉昭人

(精績章) 田尻和吉、太田原俊一

受賞者(敬称略)

(内助の功) 岩崎真弓(ラッパ隊長夫人)

続いて荒武見希さん(夢池)が成人を迎えるにあたっての意見を発表。荒武さんの力強い決意に、場内は大きな拍手で包まれました。
式典後は三股中学校当時の写真や担任教諭からのビデオレターなどのスライドショーが行われ、会場は和やかな雰囲気になりました。

また、上之園謙治さん(パークシオン)と石井秀弦さん(津軽三味線の温故知新コンサート)も行われ、成人式に花を添えました。
なお、本式は、新成人8人と来年成人を迎える2人の計10人が実行委員として企画運営を行い、独創性に富んだ式典となりました。



力強い意見を発表した荒武さん

おめでとう！ 345人が新成人に 平成22年の三股町成人式が、 1月5日、町立文化会館で開催されました。



成人証書を受け取った代表の坂下さんと西村さん

今年の新成人は345人(男性175人、女性170人)で、うち267人が本式に出席しました。
式では新成人の上原毅さん(今市)が先導役を務め、出席者全員で町民憲章を読み上げた後、桑畑町長が代表の坂下航さん(今市)と西村佑梨さん(山王原)に成人証書を授与。桑畑町長は「今日を新たな出発点として皆さんの柔軟な発想と実行力で今後活躍してほしい」と激励しました。



本式の企画運営を行った実行委員のメンバー

お知らせ

平成22年度委託職員・臨時職員の登録募集

役場に勤務する委託職員・臨時職員（パート職員）は、事前に登録している人の中から選考採用しています。平成22年度委託職員・臨時職員（パート職員）登録者を募集しますので、希望する人は、市販の履歴書に必要事項を記入のうえ、総務企画課職員係まで提出してください。新規で登録することになりますので、すでに履歴書を提出している人も再度提出してください。

■提出期限＝3月12日（金）

■提出場所＝総務企画課 職員係

■募集内容＝

★一般事務補助

- ◆募集条件＝18歳以上で、パソコン操作（エクセル・ワード）ができる人（ただし、学生は不可）
- ◆勤務条件・雇用期間＝
 - ①委託職員…1年間雇用契約（社会保険・雇用保険あり）月曜～金曜、午前8時30分～午後5時
 - ②臨時職員（パート職員）…おおむね6カ月以内月曜～金曜 午前10時～午後4時

★資格・免許所持者

保育士、保健師、調理師、栄養士、介護支援専門員、看護師、図書司書など

★一般事務補助

- ◆募集条件＝消防・防災関係の職務を携わっていた人（自衛隊含む）で、パソコン操作（エクセル・ワード）ができる人。ただし、18歳以上で学生は不可
- ◆勤務条件・雇用期間＝委託職員…1年間雇用契約（社会保険・雇用保険あり）月曜～金曜 午前8時30分～午後5時
- ◆業務内容＝地域防災計画の改定作業・避難マニュアル・行動マニュアルの作成

■問い合わせ

総務企画課 職員係

☎52－1111（内線222）

～アスリートタウン三股～「第9回チャレンジRUN&ウォーキング大会」

年齢を問わず誰でも参加できる持久走とウォーキングの大会です。

「チャレンジRUN」は、参加者の年齢・性別ごとに部門を分けています。親子ペアや順位・タイムを気にせずジョギング感覚で走るフリーの部もあります。「ウォーキング」は、町の自然や景観を楽しみながら歩けるコースとなっています。

すてきな景品が当たる抽選会もあります。家族や友人を誘ってご参加ください。

■期日＝3月14日（日） 雨天決行

■場所＝町立文化会館前

（スタート・ゴール地点）

■内容＝

【チャレンジRUNの部】

- ・ファミリーの部（親子ペア）：1＊□
- ・小学生の部（各学年男女別）：2＊□
- ・中学生の部：女子3km、男子5＊□
- ・一般女子の部：3＊□【年代別】
- ・一般男子の部：5＊□、10＊□【年代別】
- ・フリーの部：5＊□【性別年齢不問】

※ファミリー、フリーの部を除く各部門で上位の選手を表彰します。

【ウォーキングの部】

- ・コース：文化会館～めがね橋～三股橋～文化会館（約8.5＊□）
- ・対象者：小学3年生以下の参加については保護者同伴とします。

※雨天の場合は、屋内レクリエーション

■参加料＝（参加賞・保険料込み）

※チャレンジRUNとウォーキングの参加料は同じです。

- ・小・中学生 …………… 500円
- ・一般（高校生・大学生含む）…1,000円
- ・ファミリー（親子ペア）… 1,000円

■申込方法＝申込書に必要事項を記入のうえ、事務局に参加料を添えて申し込むか、郵便振込を利用してください。原則として、当日参加は受け付けません。

■申込締切＝2月26日（金）

※参加者全員を対象にお楽しみ抽選会を実施します。

※地元物産品の販売もあります。

■問い合わせ

教育課 生涯学習係（中央公民館内）

☎52－1111（内線432・433）

旭ヶ丘スポーツクラブからのお知らせ

旭ヶ丘スポーツクラブでは、ノルディックウォーキングの講習会を3月14日のチャレンジRUN&ウォーキング大会と一緒に開催します。当日は、ストックのレンタル（500円）も行いますので気軽にご参加ください。

ノルディックウォーキングは、身体の90％の筋肉を使った全身運動で、ダイエットや肩こり解消に効果的です。また、ストックを持つことで背筋が伸び、膝への負担も少なく、歩幅が広がるため、理想的なウォーキングフォームを身に付けることができます。

今後も2カ月に1回程度の講習会を開催していく予定です。ぜひこの機会にノルディックウォーキングを始めてみませんか？

■問い合わせ

旭ヶ丘スポーツクラブ

☎51－1235

住民基本台帳の一部の写しの閲覧に関する公表

平成20年11月1日から21年10月31日までに次のとおり、住民基本台帳の一部写しの閲覧がありましたので、住民基本台帳法に基づく公表を行います。

※ア＝閲覧年月日、イ＝申出者の氏名、ウ＝閲覧にかかる住民の範囲、エ＝利用目的の概要

①ア. 平成21年1月20日

イ. 株式会社ビデオリサーチ代表取締役社長木村武彦、日本たばこ産業株式会社たばこ事業本部情報担当部長仲井賢治

ウ. 大字樺山の在住者で大正8年5月1日～平成元年4月30日生まれの男女20人

エ. 日本たばこ産業株式会社が実施する2009年「全国たばこ喫煙者率調査」のための対象者抽出

②ア. 平成21年2月17日

イ. 社団法人中央調査社会長中田正博ウ. 大字長田6615番地以降の在住者で満20歳以上（平成元年2月末日までの生まれ）の男女15人

エ. 内閣府政策統括官が実施する「安全安心まちづくりに関する意識調査」のための対象者抽出

③ア. 平成21年6月18日

イ. 社団法人新情報センター事務局長平谷伸次

ウ. 大字長田2273番地以降の在住者で閲覧年月日において満16歳～79歳の男女20人

エ. 社団法人家の光協会が実施する「読書についてのアンケート」調査のための対象者抽出

■問い合わせ

町民保健課 戸籍住民係

☎52－1111（内線114）

日本赤十字社費のお礼について

毎年、皆さんにご協力いただいている日本赤十字社費（協力費400円）は次のとおりでした。また、町赤十字奉仕団（内村ノリ子委員長）は、昨年11月14日～15日に行われた「ふるさとまつり」で、募金活動に取り組みました。

これらはすべて日本赤十字社宮崎県支部に送金し、災害救助活動・血液事業などに使われます。皆さんの善意で成り立っている赤十字活動です。今後ともご理解ご協力をよろしくお願いします。

ありがとうございました。

日本赤十字社三股分区長 桑畑和男
■日本赤十字社費協力費＝……………256万2,400円（12月18日現在）

■日本赤十字社費＝日赤奉仕団（各団体、個人から）……………13万7,000円
町福祉課寄付金 …………… 3万1,464円

■災害義援金＝日赤奉仕団（ふるさとまつり会場）……………2万3,361円

日赤奉仕団（各団体、個人から）……………1万8,546円

■問い合わせ

町社会福祉協議会

☎52－1246

人権擁護委員に後藤田規子さんが再任

1月1日付けで後藤田規子さん（☎52－7932）が人権擁護委員に再任されました。任期は平成24年12月31日までです。

人権が侵害された、または侵害されるおそれがあるときや、いじめ、体罰、土地建物、金銭の貸し借り、家庭内の問題などでお困りの人は、人権擁護委員または宮崎地方法務局（☎22－0490）へご相談ください。相談は無料で、秘密は固く守られます。

※そのほかの町内人権擁護委員

柿原 信知さん	☎52-3920
南 畑 静子さん	☎52-4087
岩 崎 健一郎さん	☎51-1382
黒 木 兼一郎さん	☎52-6717

■問い合わせ

総務企画課 行政係

☎52－1111（内線234）

都城市リサイクルプラザ再生自転車・家具の抽選販売について

家庭で不要になった家具や自転車を再生し、次のとおり抽選販売します。

■販売品目＝タンスなどの家具・自転車

■応募資格＝都城市または三股町在住の18歳以上の人で、各自持ち帰ることができる人（物品の配達はしません）

■応募方法＝「さいせい館」に備え付けの応募用紙に必要事項を記入し応募箱へ投函してください。応募は、家具、自転車各1口ずつです。

■応募期間＝2月14日（日）～2月28日（日）（抽選会当日）の正午まで
ただし、16日（火）・21日（日）・23日（火）は、休館日です。

■抽選方法＝2月28日（日）午後2時から公開抽選

■問い合わせ

都城市リサイクルプラザ「さいせい館」☎36－3900

心の健康づくり講演会

アルコール依存症は精神疾患の中でも罹患率が高く、誰でもかかりうる可能性のある病気です。「依存」症とその対応について正しい知識を得ることで、適切な対応を取り、また、早期に問題解決につなげることで、心豊かな地域づくりができることを目的に次のとおり講演会を開催します。皆さんの参加をお待ちしています。

■日時＝

3月1日（月） 午後1時30分～4時

■場所＝都城保健所 多目的室

■内容＝

※講演「アルコール依存症の理解と支援」 細見クリニック副院長 比江島誠人氏

※体験発表

都城保健所管内で活動している自助グループによる活動紹介

■参加費＝無料

■申し込み・問い合わせ

都城保健所 疾病対策担当保健師

都城市上川東3－14－3

☎23-4504

愛のご寄付

三股町社会福祉協議会では、忌明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す。

三股町社会福祉協議会
平成21年12月1日から31日まで

寄 付 者	続柄	故人名	年齢	地区	金額
佐澤ヨシ子	夫	光雄	88	餅原	5万円
山中 則夫	母	クニ	93	東植木	3万円
橋口 操	夫	かつよし 勝義	82	今市	3万円
大山 和義	母	スミエ	92	西植木	3万円
時任 春美	夫	正夫	54	梶山	3万円
和田 ミツ	夫	かつより 勝盛	86	谷	5万円
堂村 靖美	母	ミツ	89	蓼池	5万円
和佐 憲時	母	トミ	90	稗田	2万円
上原 数盛	いとこ	エミ	92	中米	3万円
野崎 照男	妻	ハツエ	79	寺柱	3万円
小牧 明人	父	けんぞう 憲三	94	梶山	5万円

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＝3月5日（金）

■受付＝午後1時～1時45分

■対象者＝平成21年2月・4月・6月・8月・10月・12月生まれの乳児

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 ☎52-8101

●友達つくろう！一緒にあそぼう！

■期日＝2月18日（木）

■時間＝午前10時～11時

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＝2月23日（火）

■時間＝午前10時～11時

■場所＝町総合福祉センター「元気の杜」大会議室

3月の行事予定

【親子教室】

期日＝3月25日（木）

時間＝午前10時～11時

内容＝誕生会

☆2月・3月生まれのお友達をみんなでお祝いしましょう。

今月の歌♪
おにのぼんつ♪
おにのぼんつはいばんつ つよいぞつよいぞ
トラのけがわでできてる つよいぞつよいぞ
ごねんはいてもやぶれない つよいぞつよいぞ
じゅうねんはいてもやぶれない
つよいぞつよいぞ
はこう はこう おにのぼんつ
はこう はこう おにのぼんつ
あなただもわたしも あなただもわたしも
みんなではこう おにのぼんつ

放課後児童クラブ利用のご案内

●児童福祉係（内線166）

町内12カ所の児童館では、放課後に就労などで保護者のいない児童（放課後児童）に、適切な遊びと生活の場を与え、その健全な育成を目的として、放課後児童クラブ（放課後児童健全育成事業）を行っています。この事業を利用するためには、児童クラブへの「登録」が必要となります。放課後児童クラブへの登録を希望する保護者は新規・継続を問わず必ず申請してください。

■開設日時＝

月曜日から土曜日

学校開校日……午後2時から午後6時まで

土曜日……………午前9時から午後6時まで

夏・冬・春休み…午前9時から午後6時まで

■休館＝日曜日、お盆（8月13日、14日）、祝日、

年末年始（12月29日から翌年1月3日まで）

■登録期間＝4月1日～平成23年3月31日

■対象児童＝

①放課後に就労などで保護者のいない、原則として小学校1年生から3年生の児童

②そのほか健全育成を図る必要がある児童

■登録申請＝

年度当初からの放課後児童クラブに登録を希望する児童の保護者は放課後児童クラブ申込書を添え、登録希望児童1人につき1部をご提出ください。申請順に受入審査をします。受入定員に達してしまうこともありますので、余裕を持って申請してください。

◆申請書類……………放課後児童クラブ申込書

◆申請期間……………2月19日から3月11日まで

◆申請書類提出先…各児童館に申請期間までに提出ください

■登録許可＝

申請期間内の申請者につきましては3月中旬以降に各児童館を通して「三股町放課後児童クラブ登録許可書」を渡します。

■実施児童館＝

名 称	開設場所	電話番号
山王原児童クラブ	山王原児童館	☎52-1091
ブラザ児童クラブ	第2地区交流プラザ	☎52-1099
上米児童クラブ	上米満児童館	☎52-4373
新馬場児童クラブ	新馬場児童館	☎52-3948
東原児童クラブ	東原児童館	☎52-0336
今市児童クラブ	今市児童館	☎52-1814
植木児童クラブ	植木児童館	☎52-1092
蓼池児童クラブ	蓼池児童館	☎52-3947
前目児童クラブ	前目児童館	☎52-4844
梶山児童クラブ	梶山児童館	☎52-1251
長田児童クラブ	長田児童館	☎54-1213
宮村児童クラブ	宮村児童館	☎52-5533

■保護者負担金＝平成22年度は無料です

■帰宅時の送迎＝

児童の送迎は保護者の責任で行うことが原則です。学校終了後、児童は直接クラブへ向かい、帰宅の際は開設時間内にお迎えをお願いします。

土曜日、夏休みなどの自宅からクラブまでの送迎をお願いします。

■問い合わせ

福祉課 児童福祉係

☎52-1111（内線166）

または実施児童館

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＝2月15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健康運動実践指導者が指導します。

●宮崎県特定不妊治療費助成事業

～助成限度額の変更について～

宮崎県では、体外受精または顕微受精を受けられた夫婦に対して、治療費の助成を行っています。

今までは、1回の治療につき上限額10万円でしたが、昨年10月からは上限額15万円に変更になっています（※平成21年4月1日以降に助成した治療分から適応）。助成事業の詳しい内容についての問い合わせや相談、申請につきましては都城保健所までお願いします。

■問い合わせ

都城保健所 ☎23-4504

※不妊専門相談センター「ウイング」について

都城保健所では不妊に伴う体や心の悩みや不安、治療や検査についての相談を受けています。不妊に悩む人や不妊治療を求める人が気軽に相談できる場所です。不妊専門相談員（女性）が相談に応じます。

■専用電話番号＝☎090（8912）5331

■専用メールアドレス＝wing@pref.miyazaki.lg.jp

（内容などによっては回答までに時間がかかることがあります）

■相談日＝毎月第2・4金曜日（祝日休）

■相談時間＝午前9時30分～午後3時30分

■費用＝無料

（医師による面接は、必要に応じて対応します）

●平成21年度個別がん検診の受診期間が終了します

昨年5月から始まっている、平成21年度の個別がん検診は2月いっぱい受診期間が終了します。

受診できる検診は、「胃がん、子宮がん、乳がん、前立腺がん」です。

対象に当てはまる人で、受診を希望する場合は2月中に受診してください。特に、「前立腺がん、乳がん、子宮がん検診」は2年に1回の受診（検診費用の助成）となっています。

今年度は元号で偶数年生まれ（例：昭和34年、昭和40年、昭和42年など）の人が対象です。がん検診の種類によっては事前に医療機関へ予約が必要なものもありますのでお早めにご確認ください。

各がん検診の対象者、検診内容、自己負担額、指定医療機関については役場1階案内か健康管理センターに一覧表（オレンジ色の用紙）が置いてありますのでご自由にお取りください。

Advanced age 高齢者（介護保険）

Long term care Insurance

地域包括支援センターからのお知らせ

●町地域包括支援センター ☎52-8634

地域包括支援センターは、高齢者の生活を支える総合機関です。介護予防、介護保険や福祉サービスの相談を受けるほか、高齢者の虐待防止、人権や財産を守るための役割を担っています。

●今回からは認知症についてのお話です。

高齢化は、全国の推計では、2025年にピークを迎え、3人に1人が65歳以上となり、そのうちの9人に1人が認知症という時代が来るといわれています。認知症になると経済的な負担だけでなく、施設や家庭での介護に人手が必要になり、仕事をやめて介護しなければならない事態になるなど、大きな問題になっています。

認知症は誰でもかかる可能性がある身近な病気です。しかし、認知症になっても、周囲の人の声掛けやちょっとした手助けがあれば十分に生活していけます。

そのためには地域全体が認知症に対しての誤解や偏見をなくし、認知症の人やその家族を支えていけるような地域づくりが必要です。

このように、地域で認知症の人を支えていくという取り組みは全国で行われています。町地域包括支援センターでもその取り組みを行っています。その一つが前回ご案内した認知症サポーター養成講座です。

認知症サポーターとは、認知症をよく理解して自分のできる範囲で認知症の人や家族の支えになる人のことです。認知症の人の介護をするというものではありません。

講座を受講した人が自動的にサポーターになります。全国ではすでに120万人のサポーターが養成されていて、町では昨年4月から12月までに362人がサポーターになりました。今後も各地区で講座を開く予定ですのでぜひご参加ください。

★認知症についてあなたの理解度を○×で

チェックしてみましょう★（※答えは1番下にあります）

①認知症は治療が不可能な病気だ。……………□

②認知症になるのはごく一部の人だけだ。……………□

③認知症になると本人は何もわからない、できない。……□

※次回からは認知症についてもう少し詳しくお話します。

●「足もと元気教室」日程 2月22日～3月23日

地区名	時 間	場 所	日 程
蓼池	午前9時30分～11時	蓼池児童館	3月4日・18日
轟木	午後1時30分～3時	轟木集落館	3月23日
植木	午後1時30分～3時	西植木コミュニティセンター	2月24日・3月10日
中原	午前9時30分～11時	中原コミュニティセンター	2月24日・3月10日
寺柱	午後1時30分～3時	寺柱青年の家	3月11日
谷	午後1時30分～3時	2地区交流プラザ	3月2日
前目	午後1時30分～3時	前目研修館	3月17日
餅原	午後1時30分～3時	餅原研修館	3月15日
梶山	午前9時30分～11時	第4地区分館	3月17日
今市	午前9時30分～11時	今市児童館	3月1日
小鷲巣	午後1時30分～3時	第3地区分館	2月25日
一地区	午前9時30分～11時	第1地区分館	3月19日

※体操のできる服装、シューズ、水分補給の準備をして気軽にご参加ください。

※認知症理解度チェックの答え＝①、②、③すべて×。

詳しくは次回から説明していきます。



◎ 今月の表紙

『食への関心』



食を見つめ直す

「花と緑と水のまち」である三股町。そんな豊かな自然がはぐくむ農畜産物は、生命力にあふれています。さらには生産者の愛情という調味料が安心・安全を引き立てます。「食」はわたしたちの健康の基本です。健康でいるために、自分の毎日の食を見つめ直すことも必要ではないでしょうか。

みまた 暮らしのカレンダー

1. February ~ 20. March 2010

※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。

◎ 2月の予定

1	月	・不燃物	・図書館休館日
2	火	・可燃物	
3	水		
4	木	・缶・びん	
5	金	・可燃物	
6	土		
7	日	◎山内小児科(小) ☎22-0048(上 町) ◎ベテスダクリニック(内) ☎22-1700(年見町) ◎長倉医院(内・小) ☎52-2109(三股町) ◎都北岐島クリニック(青・内・外) ☎38-6060(都北町) ◎寺本整形(整) ☎22-1171(北原町) ◎西元眼科(眼) ☎25-8888(中原町)	
8	月	・不燃物	・図書館休館日
9	火	・可燃物	
10	水		
11	木	◎瀬ノ口医院(内・消) ☎25-5155(姫城町) ◎黒松病院(内) ☎38-1120(金田町) ◎海老原内科(内・小) ☎64-1211(山田町) ◎マドコロ外科(外・胃・整) ☎22-0138(小松原町) ◎海老原記念(内) ☎22-2240(立野町) ◎やの耳鼻科(耳鼻) ☎27-5222(吉尾町)	・図書館休館日
12	金	・可燃物	
13	土		
14	日	◎有川医院(呼吸・胃) ☎24-6677(上川東) ◎園田光正内科(内) ☎38-5115(太郎坊町) ◎教山医院(内・小) ☎62-1205(高崎町) ◎飯田整形外科クリニック(整) ☎46-5115(上 町) ◎土井外科(青・外) ☎22-1825(上東町) ◎いそいち産婦人科(産・婦) ☎22-4585(平塚町)	
15	月	・不燃物	・図書館休館日
16	火	・可燃物	
17	水		・図書館休館日
18	木	・缶・びん	
19	金	・可燃物	
20	土		
21	日	◎村上クリニック(産・内) ☎25-2700(宮丸町) ◎下長飯クリニック(外・内) ☎39-0800(下長原町) ◎志々目医院(内・小) ☎57-2004(山之口町)	

21	日	◎吉松病院(外・整) ☎25-1500(蔵原町) ◎とまり内科外科胃腸科(内・外・胃) ☎52-1135(三股町) ◎かみながえクリニック(耳鼻) ☎25-0224(上長飯町)	
22	月	・不燃物	・図書館休館日
23	火	・可燃物	
24	水		
25	木	・トレイ・ペット	
26	金	・可燃物	
27	土		
28	日	◎藤元早鈴病院(内) ☎25-1212(早鈴町) ◎有馬医院(内・小) ☎23-2610(上長飯町) ◎大岐医院(内・青・外) ☎57-2025(山之口町) ◎倉内整形(整) ☎22-1252(上 町) ◎一心外科(外・青・肛門・内) ☎52-7788(三股町) ◎西浦耳鼻科(耳鼻) ☎22-0715(松元町)	

◎ 3月の予定

1	月	・不燃物	・図書館休館日
2	火	・可燃物	
3	水		
4	木	・缶・びん	
5	金	・可燃物	
6	土		
7	日	◎宇宿医院(内・小・胃) ☎25-9031(栄 町) ◎とくとめクリニック(内・産・消) ☎26-1820(一万城町) ◎出水医院(内) ☎59-9424(高城町) ◎柳田病院(小・内) ☎22-4862(東 町) ◎いき形成外科ひふ科(形・外・皮) ☎45-0020(年見町) ◎宮田眼科(眼) ☎22-1441(蔵原町)	
8	月	・不燃物	・図書館休館日
9	火	・可燃物	
10	水		
11	木	・トレイ・ペット	
12	金	・可燃物	
13	土		
14	日	◎おおくぼクリニック(内) ☎26-1500(千 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) ◎川畑医院(外・胃) ☎46-3225(年見町) ◎石井皮膚科(皮) ☎23-4588(蔵原町) ◎武田産婦人科(産・婦) ☎22-0336(蔵原町)	
15	月	・不燃物	・図書館休館日
16	火	・可燃物	
17	水		・図書館休館日
18	木	・缶・びん	
19	金	・可燃物	
20	土		

毎月19日は食育の日

- 問い合わせ：
健康管理センター
☎52-8481

いきいき げんき！

～大人もいっしょに「食育」～



★たのしく・かしこく・きちんと食べる★

旬の食材は おいしい！栄養価が高い！安い！といいことづくしです。
旬の食材を使った健康バランス食を紹介します。ご家庭での献立にご利用ください。

2月の旬食材…春菊

独特の香りが食欲を増進させます。カロチンやビタミンCが豊富に含まれ、肌を整えてくれます。冬は乾燥が気になる季節です。たっぷり召し上がってください。(表示の材料はすべて1人分です)

◎赤の皿 とうふの茶巾

【主菜1つ(SV)】 140kcal 塩分1.7g

材 料 木綿とうふ…100g、むきエビ…20g、焼きのり…1/2枚、酒…大さじ1/4、塩…小さじ1/5、おろししょうが…少々、片栗粉…大さじ1/2、【あん：だし汁…30cc、片栗粉…小さじ1、しょうゆ…大さじ1/4、みりん…大さじ1/4】

作り方 ①鍋に湯を沸かし、とうふを粗くちぎりいれて水気を切る。②のりはちぎり、エビは粗く刻む。③とうふ、のり、エビ、調味料をボウルに入れ、よく混ぜる。ラップに包んで茶巾にする。④電子レンジで約3分加熱する。(時間は機種により変わります)⑤小なべにあんの材料を全部入れ、混ぜながら火にかけとろりとさせる。⑥器にとうふを盛り、あんをかける。

◎黄の皿 ごはん

【主食2つ(SV)】 250kcal 塩分0g

ごはん 150g

◎白の皿 くだもの

【果物1つ(SV)】 45kcal 塩分0g

ネーブル 100g

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

3月1日(月)は納付期限です

- 納税管理係(内線 144・145・147)

納付期限内に納付しましょう。

- 固定資産税(4期)
- 国民健康保険税(8期)

※口座振替は2月25日(木)が振替日です。再振替は行っていない。24日(水)までに預貯金口座の残高確認をお願いします。

残高不足などで振替ができなかった場合は、その納期分の納付書を送付しますので、納付書で納めてください。

町県民税申告のお知らせ

- 住民税係(内線 133・134)

平成22年度申告を2月10日(水)から3月15日(月)まで受け付けます(土、日は除きます)。申告日時などについては、

「1月15日付回覧」で配布していますので、参照してください。

◎申告が必要な人

- 平成22年1月1日現在、町に住所のある人(申告が必要でない人は除く)
- 給与所得以外に所得(農業所得・不動産所得など)がある人
- 非課税所得(遺族年金・雇用保険金など)のある人、収入のまったくない人(所得証明・課税証明や国民健康保険税などの算定に必要です)

◎申告が必要ない人

- 所得税の確定申告書を税務署に提出する人
- 所得が給与だけで、年末調整がされている人(勤務先から町に給与支払報告書が提出されている人)
- 所得が公的年金だけの65歳以上で、年金収入額が148万円以下の人(扶養控除などの申告をする場合、生命保険の満期返戻金、土地の売買、そのほか申告すべき所得がある人を除く)

・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くありません



周りの喜ぶ顔が長生きの秘けつ

「Mメイト通信」クローズアップ まちをささえる人たち

小鷲巢在住 小林久子さん

折り紙つきの折り紙

「小鷲巢在住の小林久子さんは現在89歳。5年ほど前、「習い事でも始めてみたら」とわが子に勧められたのがきっかけで「折り紙」を始めた。

「要は健康維持の遊びよ、遊び」。そう話す久子さんだが、作品は周囲の人の「折り紙つき」。「作ったものを人にあげると喜んでくれる。それが楽しみ。長生きの秘けつ」。久子さんは照れ笑う。「ここにこの色があつたらきれいかも」。作品を作るときには、完成形をイメージすることも楽しみの一つだという。

今ではみんなにその技術を教えている。「みんなと話したり一緒に作ったりすると本当に楽しい。日が短いですよ」。そう話すほど充実した日々を送る。そんな久子さんにこれからの目標を聞いてみた。「やっぱりこれやろかね」。満面の笑みで答えてくれた。



デイサービスセンターのみんなとわいわい話すこともいい刺激を受けると久子さん（向かって右端）

三股文芸

134

【短歌】◆三股短歌会

白菜を食べる青虫 むくむくと 太りるるなり 憎くてならず

西畑 よし子

白菜の中に入り込んで食べる青虫は、むくむくと太っていて、憎くてつまみ出しています。

神前に晴着姿の ひい孫は 拍手打ちて 何を祈るや

宮里 みち

3歳になったばかりのひい孫の、モミジのような手を合わせて拝む姿がかわいかったので詠みました。

【俳句】◆三股椿寿俳句会

着ぶくれて 着ぶくれの友 訪ねけり

桑畑 多津子

大寒の厳しい寒さの日、こたつにばかりかじりついていては運動不足になると、まるまる着込んで友達を訪ねました。その友達も風邪気味とかで着ぶくれて迎えてくれました。二人とも「ふくら雀のようね」と大笑いでした。

遠霞 たな引く噴煙 桜島

内村 初美

わたしたちの町は本当に素晴らしい景色に恵まれている。広々とした原野に出ると高千穂の美しい峰は言うに及ばず、遠くに桜島が見えることも珍しくない。

◎町章

町の木「イチヨウ」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／イチヨウ

◎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、明治初年五戸長を一九として、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って村造りをなし、ここ三股の基礎が築かれたのです。

明治23年、町村制実施により三股村となり、昭和23年5月3日に町制を施行して名実ともに三股町として発足しました。以来自治の発展に努め、文化農村建設へと邁進し、さらに今や数多くの企業誘致により町民の所得向上をはかりながら住みよい豊かな田園工業都市をめざして躍進しています。

三股町の人口

平成22年1月1日現在

- 男／11,578人
- 女／13,291人
- 計／24,869人
- 前月比＋29人
- 世帯数／9,703戸（＋8戸）
- 出生／20人
- 死亡／14人
- 転入／84人
- 転出／61人

No.474
2010.2

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/>

わが家の一番星



待望の娘でみんなに可愛がられています。元気お兄ちゃんが大好きで、いつも後ろもついてまわっています。これからも兄妹仲良く育ててほしいです！

あぐねしん
阿久根 心ちゃん（0歳）
◎平成21年4月17日生まれ
◎将仁さん・亜由美さんの長女



煮直に元気が大きくなってね♪晴希くんの笑顔が大好きです☆

たかせはるき
高瀬 晴希くん（1歳）
◎平成20年5月26日生まれ
◎譲さん・茜さんの長男

お便りやイラスト、お子さんの写真を募集しています。皆さんからのお便りを募集しています。普段、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うえ、お送りください。

◎わが家の一番星

3歳以下のお子さん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

茶じよけ

ジャンカン馬蹄りをはじめとした郷土芸能は、今でこそわたしたちの目を楽しませてくれる伝統芸能となっていますが、その起源は五穀豊穡を祈願する神事だったというものも多くあります。昔の人はそうして大地の恵みに感謝し、「食」に感謝していたのです。▽「今はただ食べさえすれば生きていける飽食の時代。でも健康は生命力あふれるものを食べることから始まる」。下野さんの言葉が健康を気にしたした年頃のわたしに響きました。▽現代はお金さえ出せば何でも

も食べることができる時代です。また、産業の発展により、長期保存が可能なレトルト食品、24時間営業の店舗といった便利さもあいまって、わたしたちの「食」への関心が薄れてしまっているのかもしれない。ひよっとすると、わたしたち消費者の「食」への関心が高ければ高いほど、食品偽装といった問題は起こらないのかもしれない。▽生産者、栄養士、調理師の皆さんそれぞれが持つ誇りと、食料、子どもたち、そしてまちへの愛情が詰まった地産地消の学校給食。将来、子どもたちの誇りになってほしいと思います。