

MIMATA

Public Relations

大きく育て。

第五次三股町総合計画・前期計画

「住んでよかった」と
誇れるまちを目指して
「まちづくりの新しい計画を作りました」

5

Proud!
Japan

花と緑と水のまち
宮崎県 三股町

MIMATA

Public Relations

5 Vol.489



広報みまた 平成23年5月1日号



受講生募集のお知らせ

戯曲講座 「せりふ書いてみる？」

「戯曲」とは、演劇の台本のことです
実際に「せりふ」を書き
最終的には短い「戯曲」を一本
書き上げることをめざしながら
この講座で「戯曲」のおもしろさを体験してみませんか？
経験は問いません、お気軽にお申し込みください

■講 師／永山智行（劇団こぶく劇場代表・宮崎県立芸術劇場演劇ディレクター）

■期 間／平成23年7月～24年2月（12回）
1回目／7月26日（火）、2回目／8月4日（木）、
3回目／8月16日（火）、4回目／8月30日（火）、
5回目／9月14日（水）、6回目／9月27日（火）、
7回目／10月13日（木）、8回目／11月1日（火）、
9回目／11月24日（木）、10回目／12月27日（火）、
11回目／1月18日（水）、12回目／2月29日（水）
時間は、午後7時より9時30分を予定しています。
講師・会館などの都合により変更になる場合があります。

■対 象／高校生以上
■定 員／5人程度（先着順）
■参 加 費／一般…5,000円、高校生・大学生…2,500円（全12回分）
※参加費はコピー代などに使用します
■申し込み方法／次の事項を記入の上、電話・FAXでお申し込みください。①住所 ②氏名 ③年齢 ④電話番号
※文化会館窓口・文化会館ホームページにも参加申込書があります。
■申し込み期間／平成23年7月10日（日）まで



自由に、遊び心いっぱい、そして、緊張を満喫しながら 演劇を「みまた座」を 楽しんでみませんか？



演劇ワークショップ「みまた座」8期生 募集

■対 象／おおむね小学校4年生から高校2年生まで。
（保護者の同意が必要です）
■期 間／平成23年6月から平成24年3月まで
■日 時／原則として、毎週木曜日の午後5時～6時30分です
（3月に本公演を予定）。
■場 所／三股町立文化会館および町内施設
■演劇監督／永山智行（劇団こぶく劇場代表・宮崎県立芸術劇場演劇ディレクター）
■講 師／劇団こぶく劇場
■内 容／（1）ホールマナーを学び、ホールボランティアとしての能力を養う。
（2）演劇についての基本的な訓練を定期的に行い、その成果を発表する。
（3）舞台技術についての基礎知識を学び、安全的で効果的な舞台づくりを身につける。
（4）習得した演劇や舞台の知識を生かし、会館で実施される事業に積極的に参加する。
■費 用／月1,000円（保険料と諸経費に使います。保護者会に払います。）
■申し込み方法／参加申込書にご記入の上、三股町立文化会館へお申し込みください（参加申込書は三股町立文化会館窓口・文化会館ホームページにあります）。
■申し込み期間／平成23年5月27日（金）まで
■定 員／20人（定員になり次第締め切らせていただきます）。
※「みまた座」8期生は、12月開催予定の文化会館 開館10周年記念公演「おはよう、わが町（仮）」に出演します。

三股町立文化会館プロデュース公演
戯曲講座「ゆびをきくおんこ」
受講生作品リーディング公演
「エムドラー…読むドラマ」

作／平成20年度戯曲講座受講生
平成22年度戯曲講座受講生
構成・総合演出／永山智行
企画・製作／三股町立文化会館、劇団こぶく劇場
■日時／平成23年6月12日（日） 開演：午後2時より
※開場は開演の20分前です。
■料金／中学生以上…1,200円
（全席1,500円）
全席自由 電話予約可

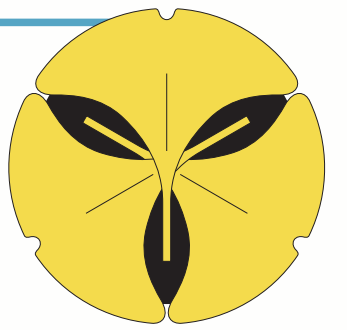
■内容／毎年恒例となった、門川と宮崎と三股での戯曲講座「せりふ書いてみる？」。昨年度もまたこの講座で三股に2つの作品が生まれました。20年度の講座で生まれた2作品を合わせた4作品をリーディング作品として上演します。今回もピアノの生演奏とともに、ドラマのことは、音楽と両方から楽しめる上演となります。

■プログラム／
「家族待合室」 作／繁昌美智代
「空虚五度」 作／フジヤムカリ
「マジナル」 作／今元佑美
「ストロベリー×ストロベリー」 作／濱田薫
※上演終了後のおまけ「ポスト・パフォーマンス」の各回の終演後、作家と演出家、さらに出演者を交えそれぞれの戯曲について語り合います。この際、朗読でおきたいシーンや、ガシンと言っておきたいコトなど、そんなものをぜひお持ちのみなさんは是非どうぞ。

「戯曲」って？…演劇の台本は、文学的な分類としては「戯曲」と呼ばれます。詩や小説にも劣らない美しい言葉や物語性などが、「戯曲」の中にはたっぷりと詰まっています。「リーディング」って？…欧米では古くから行われてきた上演形式で、俳優が椅子に座り台本を読みます。多くの場合は装置もなく、声によってすべてが表現されるので、観客は自由に想像力を膨らませることができます。

■発行：三股町役場 ■編集：地域政策室
TEL：0986(52)1111 FAX：0986(52)4944
〒889-1995 宮崎県北諸県郡三股町五本松1-1





第五次三股町総合計画
前期計画

「住んでよかったと 誇れるまちを目指して」

「まちづくりの新しい計画を作りました」

このまちは
みんなの「ゆめ」でできている。

「目立と協働で創る元気なまち三股を将来のまちの姿として、平成23年度から10年間の新しい計画(第五次三股町総合計画)を作りました。

町はこれまでも、町民と行政が協力して進める町民参加型のまちづくりを目指して、計画的な諸施策を展開してきました。

しかし、本町を取り巻く社会・経済情勢は、地方分権の進展、少子高齢化社会、環境問題への意識の高まり、価値観の多様化など大きく変わろうとしています。

こうした時代の変化に対応しつつも、古くから受け継いできた伝統文化やかけがえのない自然を大切にしながら、目立の道を選択した本町が、今後も町の特性を最大限に生かしたまちづくりを町民の皆さんとの「協働」で実現していきます。

今号では、今回策定された前期計画(平成23年度～27年度)をまち全体で共有するため、その内容をご紹介します(一部抜粋)。

豊かな自然と調和し、
快適に暮らせる定住のまちづくり

人と自然の共存

本町には豊かな自然と四季折々の美しい表情があります。清き水と豊潤な大地が豊かな実りをもたらし、また人をもはぐくんできました。わたしたちはこの豊かな環境を先人から引き継ぎ、その恵みを受けて暮らしてきたように、次の世代に残さなければなりません。

町は、環境基本条例、環境基本計画を作るほか、「エコフィールドみまた」で児童生徒を対象とした環境教育活動や環境ボランティアの育成と支援を行い、地域が一体となった環境保全活動の展開に取り組めます。

環境のことも考えて

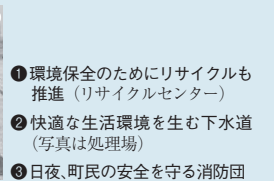
快適で自然にやさしい生活環境づくりを目指し、ごみの減量化、分別収集、資源ごみ回収の徹底を行います。同時に、4R運動を展開することで、ごみに対する意識をまち全体で高めていきます。

安心・安全の確保に向けて

町は、快適でずっと住み続けたいような生活環境づくりを進める一方、交通安全対策、消防、防災、防犯などの各体制の充実と危機管理体制の確立を図り、安心・安全な環境づくりに努めます。また、水害や地震などのあらゆる自然災害や危機に対して、町民の皆さんの生命財産を守るため、迅速かつ的確に対応できる体制づくりを推進。さらに、自主防災組織育成など、まちが一体となって、防災意識の高揚に努めます。



このまちには豊かな自然がある。

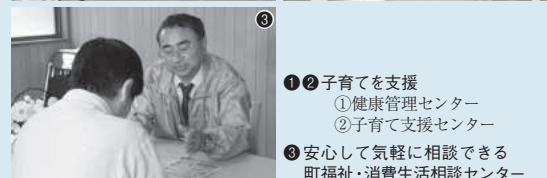


- ① 環境保全のためにリサイクルも推進 (リサイクルセンター)
- ② 快適な生活環境を生む下水道 (写真は処理場)
- ③ 日夜、町民の安全を守る消防団



町内各小学校区で活躍する「みまもりたい」(写真は勝岡)

※4R運動とは、リデュース＝減らす、リユース＝再利用、リサイクル＝再生利用、リムーブ＝排出抑制のこと



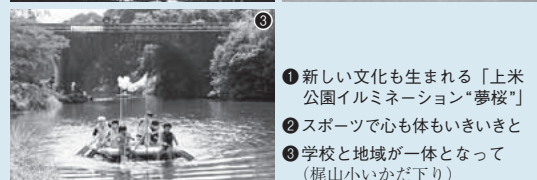
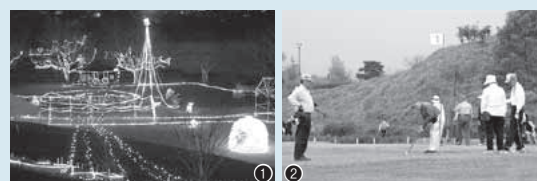
- ①② 子育てを支援
①健康管理センター
②子育て支援センター
③ 安心して気軽に相談できる
町福祉・消費生活相談センター



笑顔で過ごすための健康づくり「足もと元気教室」



このまちには、支え合える笑顔がある。



- ① 新しい文化も生まれる「上米公園イルミネーション“夢桜”」
② スポーツで心も体もいきいきと
③ 学校と地域が一体となって
(梶山小いかだ下り)



“心を育てる”文化会館人材育成事業、演劇ワークショップ「みまた座」



このまちには、人とともに歩んできた文化がある。

歴史と伝統を尊び、豊かな人間性をはぐくむ
文教のまちづくり

文化財の保全と伝統文化の継承

人の生活とともに歩んできた「文化」という名の知恵。それは、いつの時代にもある人の営みを表しているともいえるのかもしれませんが。本町には、各地域に伝えられている伝統文化や、親しみやすい芸術文化などといった、「町民とともに歩む文化」が多く存在します。

町は、これらの文化財の研究を続けながら、総合文化施設をはじめ、各関連施設を拠点として、町民の生活に根付いた文化の振興、創造、育成、保護、継承を図ります。また、人間味豊かな個性あふれる地域づくりを推進します。

人間性豊かな子どもをはぐくむ

現在取り組んでいる小中一貫教育を進めていくと同時に、家庭、学校や地域社会の連携・融合を図り、地域ぐるみでの子どもたちの豊かな心の育成を目指します。さらに、知・徳・体のバランスのとれた人間性を育て、これからの時代に必要となる、国際的な感覚を養う教育にも力を注いでいきます。

スポーツを楽しめる環境づくり

いつでも、どこでも、誰でも、気軽にスポーツに取り組めるよう、年齢や体力に応じた生涯スポーツの普及・振興に努めます。そのため、体育指導員と連携した総合型スポーツクラブのオープン教室などを計画的・継続的に開催。さらに、気軽に参加できるスポーツレクリエーション大会を開催し、町民同士の交流促進にも努めます。

やさしさどぬくもりにあふれる

健康・福祉のまちづくり

地域ぐるみで子育てをサポート

町民すべてが生涯を通じて活力ある充実した生活を営むことができるよう、町民一人ひとりが地域福祉の担い手であるという意識を持ち、共に支え合い生きがいの持てる社会環境づくりに努めます。

子育て分野では、ファミリー・サポート・センターをはじめ、子育てサークル、各種団体、地域の高齢者などといった地域全体で子育てを支援するネットワークづくりに努めます。

高齢者の安心・安全を守ります

高齢者が安心して暮らせるよう、町地域包括支援センターで総合相談支援体制を整備します。災害時や緊急時に高齢者を守るため、関係機関や地域との連携を今まで以上に強化し、情報の共有などに努めます。

また、高齢者がこれまでに培った知恵や技能を十分に生かすため、就労、生涯学習やボランティア活動などのさまざまな活動に参加できるよう、社会参加できる機会の充実を図ります。

笑顔で過ごせる心身の健康づくり

一人ひとりの健康管理への意識を高めながら、町ぐるみでの健康づくり活動の拡大・定着化を促進し、生涯笑顔で過ごせる町民の心と体の健康づくりを推進します。また、家庭訪問、相談や健康診査の充実を図り、町民一人ひとりが状況に応じて自主的な健康づくりに取り組むことができるよう努めます。



総合計画は、今後の三股町の進むべき方向を明確にするための計画で、長期的、総合的な施策の指針として位置付けられます。

平成22年1月に実施した「町民アンケート」や、11月に町内全地区で開催した「地区座談会」での皆さんの貴重な意見などを基に、町は計画案を作成。11月25日、町民からなる総合計画審議会（木佐貫三男会長・16人）に諮問（計画案について意見を求めること）しました。同審議会は、計画案の審議を重ね、本年2月14日に最終答申（計画案に対して意見を詳しく述べる）こと。町は、それらの意見を基に、計画

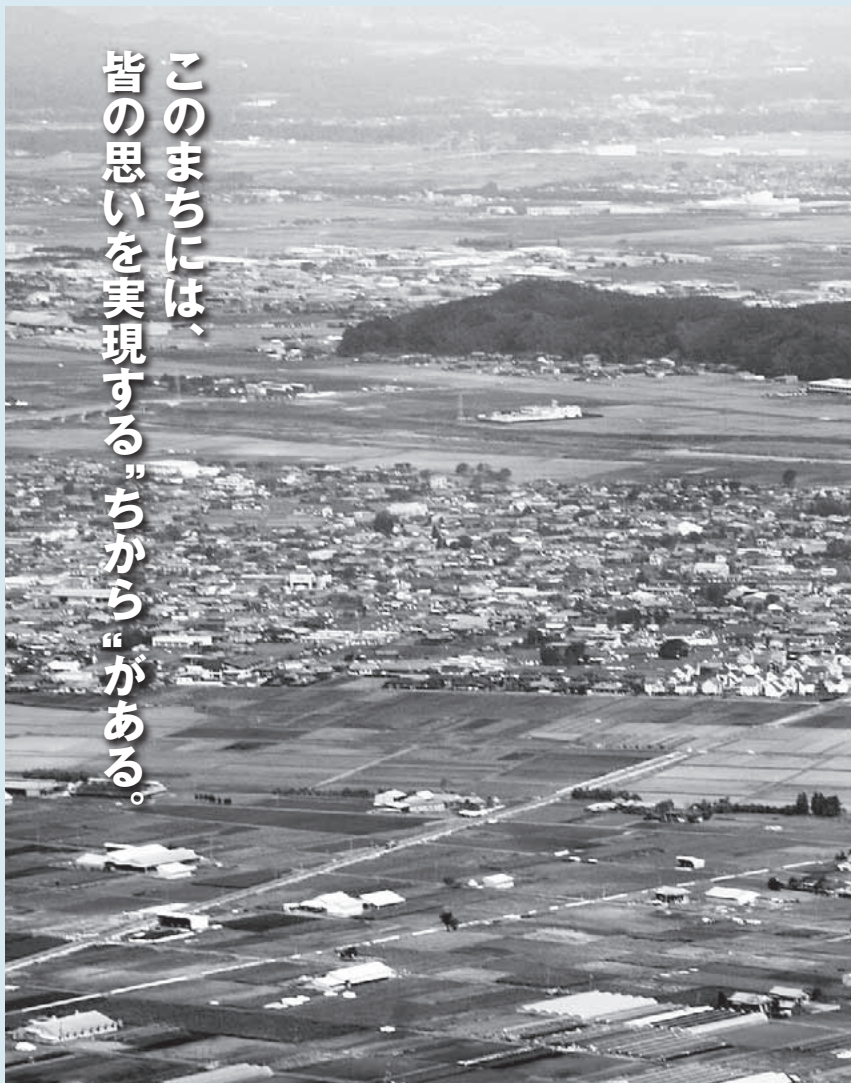
総合計画は、こうやって作られました――町民の意見を取り入れた前期計画――

案の修正を行うなどして、第5次総合計画・前期計画が策定されました。

町民参加型のまちづくり
町総合計画審議会

木佐貫三男会長（山王原）

「協働」という言葉にもあるように、わたしたちと行政が一緒になってこのまちをつくっていくという共通認識を持つことが大切だと思います。わたしたちも、できることを行動に移していきたい。このまちの魅力を最大限に生かし、皆で笑顔あふれるまちにしていきたいですね。



このまちには、
皆の思いを実現する“ちから”がある。



- ① 需用に即した、高品質な米作り
- ② 町の農業産出額の主軸である肉用牛
- ③ 商工会青年部が生んだローカルヒーロー「ミマクレンジャー」



各地で物産展を開催し、特産品をアピール



このまちには“三股ブランド”がある

活力ある身に未来を拓く
たくましい産業のまちづくり

農畜産業の振興

農畜産業は本町の基幹産業である一方、厳しい経営環境に置かれています。そのため、特色ある品質の高い農畜産物の生産を振興するとともに、農畜産物を利用した特産品の開発に努めます。さらに、新たな生産技術の導入や土地基盤の整備などによる生産性・収益性の向上を推進します。

また、昨年県内で発生した口蹄疫など、家畜伝染病への対策として、予防接種の徹底とともに、地域の防疫対策強化を図り、畜産農家への啓発活動を徹底します。

次代を担う後継者の育成については、学校や関係機関との連携による効果的な育成体制の整備などに努めます。

林業の振興

林業経営については、事業体の育成や関係機関などの連携を進め、経営の安定に努めます。また、広葉樹の植栽を推進し、水源かん養と地場産業育成のため「ふるさとの森おこし」を掲げ、まちの森林機能の活性化に取り組めます。

商工業の活性化

商工会とともに、地域の特性を生かした街並みづくりやにぎわいづくりを進め、地域コミュニティ空間として楽しめるような、人が集う商店街づくりを推進します。さらに、時代の消費ニーズに対応した商品開発と、農商工連携による地場産品開発を今後も継続していきます。

人々の英知で支える
自主自立のまちづくり

町民主体のまちづくり

今日のさまざまな「まちづくり」のための政策課題に対して、まちが一体となって取り組まなければ、「自立と協働で創る元気なまち三股」を推進することはできません。町民と行政機関とが互いに連携し、協働の認識を持つことが大切です。

このため、町は、町民がまちづくりへ参画しやすい体制を整備していきます。町民・地元企業・各種団体・行政の役割分担と「自助」「共助」「公助」を基本としたまちづくりを展開していきます。

健全な財政運営

後世に負担のかからない財政運営を進めていくため、中長期財政計画に沿った事業を実施し、健全で効率的な財政運営を継続していきます。加えて、行政事務の合理化については、組織機構の見直しや公共施設などの指定管理者制度の導入を今後も検討していきます。

男女共同参画社会をつくります

審議会など女性委員の登用を進め、地域・社会活動団体における意思決定の場への女性の参画促進を図ります。

皆さんの思いを まちづくりへ

- 町では、皆さんとともにあるまちづくりを進めるため、町行政への意見・提言を募集しています。意見箱が次の5カ所に設置してありますので、今後も、ぜひ皆さんのまちづくりへの「意見」をお聴かせください。
- 意見箱の設置場所①役場、中央公民館、総合文化施設、健康管理センター、元気の杜
- ②問い合わせ③地域政策室 地域政策係 ☎52-1111 1（内線223）



熱の入った演技が繰り広げられた本公演



終了後のアフタートークで、これまでを振り返る7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

「みまた座本公演」

3月27日、演劇ワークショップ
みまた座第7期生本公演『うえるかむ
〜みまた駅のおじいちゃん〜』を2回
公演で開催しました。

2公演とも満席で、大盛況の公演となりました。高校生1人、中学生5人、小学生9人、計15人の7期生は、講師である「劇団こぶく劇場」の指導のもと、昨年7月から毎週木曜日に文化会館で楽しくも厳しい稽古を続けてきました。毎年夏に行っている試演会、本公演に向けての雰囲気作りと度胸試しを兼ねた企画です。今年は文化会館を飛び出し、三股駅にて朗読劇「おまわりさんと赤い三輪車」を開催しました。本公演「うえるかむ」は、その試演会をヒントに、7期生が自ら台本作りに挑戦。15人がそれぞれに、アイディアを出し合いました。しかし、皆が個々に好きなことを描くので、一つの作品にまと

めるのはとても大変な作業……。そこで、台本のもとめ役として抜てきされたのが、平成19年度戯曲講座受講生の大浦太輔さん。本番終了後のアフタートークでは「本当にすばらしいアイディアばかりで、全部取り入れられなかったのが残念です」と話しました。

さて、今回の「うえるかむ」。サブタイトルにもあるとおり、おじいちゃんが出てきます。特別出演／山室曹侶氏（劇団25馬力）が演じました。

「みまた町！」で活動している「みまた座！」という劇団に、ある日突然、謎のおじいちゃんが入団させてほしいとやってきます。「みまた座！」で行われる公演直前までのドタバタが、みまた座らしく描かれていました。本番終了後のアフタートークでは、「7期生を振り返って」の質問に「みんなと協力してできました」「いろんな人の支えがあつて、無事本番を迎えることができました」などの感想が述べられました。

「これくらいなら」という過信

「人殺し！」わたしは生まれて初めてそんな言葉を言われました。わたしは大学に通うために車を使っていました。大学まで電車で通うと乗り継ぎ3本、そして、学校の最寄りの駅からはバスに揺られて合計2時間もかかってしまいます。しかし、車なら1時間30分くらいで行けるので、車を使っていました。わたしは3車線ある高速道路（制限速度100キロ）の真ん中の車線を時速110キロくらいで走っていました。その前方100メートルくらいをトラックが走っており、トラックの左側の車線（一番左側の車線）の前方にはもう1台トラックが走っていました。その間は30メートルくらいでした。

わたしは真ん中の車線から一番左の車線に進路変更した後、2台のトラックの間をすり抜けて、真ん中の車線に戻ろうとしました。その時でした。一番右側の追い越し車線から真ん中の車線に戻ってこようとする車があったのです。わたしはびっくりして急ブレーキ、急ハンドルの操作をして、自車のバランスを失わせてしまいました。そして、わたしの車は蛇行し前の方を走っていた被害者の車に横からぶつかり、その車を横転させてしまいました。その結果、3人死亡、3人負傷という大事故になってしまいました。

違反の内容は、車両を左から追い越したことでした。車を左側から追い越すことはささいな違反かもしれませんが、しかし、このような事故につながってしまうのです。わたしは左側追い越しをこのような危険な行為だとは思いませんでした。そのくらいなら良いだろうという気持ちがあったのだと思います。

その後すぐに逮捕され、生まれて初めての留置所暮らしが始まりました。被害者のところへは、父母が事故の翌日にすぐ行ってくれました。わたしはそれを鉄格子の中で聞きました。すぐにでも謝りに行きたい、心からそう思いました。それから24日後に保釈が許可され、すぐにおわりに伺いました。

そこで、被害者の方がおっしゃいました。「あなたはわたしたちのために何をしてくれるの？」。わたしは自分にできることを懸命に考えました。わたしはこれから死ぬまで毎年、命日にはお墓参りに行くことを誓い、車は二度と運転しない決意をしました。しかし、それだけではわたしが犯した罪は償えないと思います、社会のために役立つ人間になりたいと強く決心しました。

今、わたしは禁錮2年の判決を受け、刑務所に収監されています。ここでは毎日5分間黙想する時間があります。わたしはその時間を利用して、亡くなった被害

●ご利用ありがとうございます

昨年度もたくさんの方に図書館を利用していただきました。22年度の利用状況についてお知らせします。

入館者数	17万4915人
利用者数（本などを借りた人）	
貸出冊数	5万8731冊
利用カード新規登録数	22万5489冊
予約数	2020人
リクエスト数（図書館にない本で要望のあったもの）	4548冊
（資料購入状況）	619冊
一般書	2997冊
児童書	1029冊
紙芝居・絵本	379冊
雑誌	77種
新聞	9紙
視聴覚資料	99点
貸出回数	多かつた本は次のとおりです。
（一般書）	



毎月テーマを決めて展示しています！



新着の本、AV資料の情報は入り口に展示してあります！

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

- 1位 聖女の救済／東野圭吾
- 1位 告白／湊かなえ
- ※聖女の救済、告白は貸出回数同数
- 3位 1Q84 BOOK2／村上春樹
- （児童書）
- 1位 かいつゾロリシリーズ／原ゆたか
- 2位 おぼけマンションシリーズ／むらいかよ
- 3位 ほうれんそうマンよいこの1年生／みずしま志穂
- （絵本）
- 1位 ポケモンをさがせ／相原和典
- 2位 ミッケ！6／ウォルター・ウィック
- 3位 100万回生きたねこ／佐野洋子

■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）

外国語指導助手のコーナー



2人の新しい仲間を紹介します!!

さわやかな初夏の風が、ほおに心地よく感じられるころになりました。皆さん、春休みは楽しかったですか？新年度が始まり、2人新しいAL Tが三股町に来ました。ちょっと紹介したいと思います。

まずはエマ・マッケーンです。ニュージーランドの南島のネルソン出身です。空手と旅行が趣味で、専門は建築学だそう。日本の建築に興味があるので、日本に来ました。エマさんは三股西小で毎日教えています。

2人目はシェリル・マクダーモットです。イギリスのバーミンガムの出身です。料理と踊りが好きだそうです。スペイン語が得意です。シェリルは三股小と梶山小に行きます。

2人とも日本語は少し話せますが、「今からもっと頑張る」と言っています。もし三股で見かけたら、恥ずかしがらずに元気なあいさつをしてください。大歓迎します！



クリストファー・ラプトン



小倉哲朗さん
(山王庵)

「大変立派です。今後も、より優れた弓作りに精進し、次の世代へつないでいきたい」

3月28日、小倉哲朗さんが「都城弓」の県伝統工芸士に認定され、同日、県知事から認定証を交付されました。
小倉さんは、25年前に父、故・力さんに弟子入り。以来、技術の向上・伝承に力を注いできました。
竹弓である都城弓。その曲線の美しさは全国でも知られており、平成6年には国の伝統工芸品に指定されています。
また、この地域は国内70軒以上の生産量を誇り、都城弓は特色ある地域づくりにも貢献しています。

「都城弓」の匠、小倉氏 県伝統工芸士に認定



前田征人さん
(下米)

「戦争の悲惨さを忘れてはいけません。そのために、わたしたちができることを今、後もしつかりと考えていきたい」

4月19日、町社会福祉協議会(木佐貫辰生会長)主催による戦没者慰霊祭が、早馬神社横の忠霊塔でしめやかに営まれました。
この日は、日清戦争以後の大戦で亡くなった762柱の霊を慰めようと、遺族や関係者約120人が出席しました。
式では、遺族協働白菊会の荒武護会長が「安らかに眠りください」と慰霊の言葉を述べると、続いて出席者一人ひとりが祭壇に白い花を献花。遺族をはじめとする関係者は恒久平和を祈りました。

恒久平和を祈って 戦没者慰霊祭



町民の「生命、身体、財産」を守る 消防団辞令交付式



規律正しく整列する団員たち



永年勤続功労章を表彰された
野崎忠彦第5部団員



中村団長より辞令を受け取る新入団員



力強く宣誓した
西山雄治新ラッパ隊長

4月9日、町消防団(中村修一団長・160人)の平成23年度辞令交付式が、勤労者体育センターで行われました。
式では、新部長3人、新ラッパ隊長1人、新副部長3人、新入団員11人、新交通班員4人の計22人に中村団長が辞令を交付しました。
その後、辞令を受けた団員を代表して、西山雄治新ラッパ隊長が今後の義務の遂行を力強く宣誓。新団員は緊張した面持ちで、消防団の使命を強く感じている様子でした。
引き続き、3月31日付で消防団を退団した岩崎龍郎ラッパ隊長以下11人の団員の家族に、木佐貫町長から慰労金(在職5年以上の団員が退団時に支給されるもの)が手渡されました。
また、野崎忠彦第5部団員が、消防庁長官から永年勤続功

功労章を表彰され、その伝達式も行われました。
このほか、ラッパ隊の演奏も行われ、式は終始厳粛かつ規律正しく行われました。
なお、辞令交付は次のとおりです(敬称略)。

- 【新部長】
第1部……田尻 和吉
第2部……出水 学
第3部……黒木 明都
- 【新ラッパ隊長】
ラッパ隊……西山 雄治
- 【新副部長】
機動本部……白尾 知之
第1部……藤井 健二
第3部……山領 誠
- 【新入団員】
機動本部……折田 雅剛
第1部……甲斐 広志
石川 修
- 第2部……河野 藤吉
出水 康喜
- 第3部……永田 誠
中野 和紀
- 第4部……小橋 雄二
西田 敬寛
- 第7部……朝倉 祐
- 【新交通班員】
第1部……綿田 賢介
内木場康朗
第3部……宮里 健太
西郷 武晴
- 【消防庁長官表彰・永年勤続功労章】
第5部……野崎 忠彦



広がる支援の輪

3月11日に発生した、東日本大震災に対する被災地への支援の輪が、町内各地で広がっています。
口蹄疫や新燃岳噴火による降灰時に全国の皆さんからいただいたあたたかい支援への恩返しも込めて、皆さんが自分のできることをそれぞれに考え、行動に移しています。

その中で、町女性団体連絡協議会(森秋生会長)が、4月9日、Aコープ三股店で募金活動を行いました。



町内の動き

また、三股中学校の生徒たちも、生徒会役員を中心に募金活動を行うなど、町内各地で、自分にできる支援の輪が広がっています。

皆さんのご協力
ありがとうございます

役場1階ロビー、町立図書館、社会福祉協議会(元気の杜内)に設置された募金箱への、皆さんの温かいご支援、ありがとうございます。

●4月18日現在の募金額
……49万7345円

個人提供支援物資の 受け入れの中止について

東日本大震災被災地に対する、町民の皆さんからの支援物資の受け入れは、県からの連絡により、4月28日に中止いたしました。これまでの皆さんのご協力に感謝いたします。これからは、義援金などをはじめ、できる範囲でのご支援を引き続きよろしく願います。

また、今後、再度物資の提供



地域医療の充実を 医療ゾーン基本協定締結

町民の皆さんが安心して暮らせるまちづくりを目指して、救急医療や地域医療支援の機能強化を図る「都城地域健康医療ゾーン」の整備に関する基本協定が結ばれ、3月30日、都城市役所で締結式が行われました。

協定を結んだのは、本町(木佐貫辰生町長)、都城市(長峯誠市長)、都城市北諸県医師会(夏田康則会長)の3者。相互に協力し、共同で新医療施設の整備に取り組みます。

この新医療施設は、広域医療圏の中核的医療施設として、都城市郡医師会病院・都城救急医療センター・都城健康サービスセンターを移転改築し、継続的な医療提供体制の向上を目指すもので、平成26年度中の開院を予定しています。



町女性団体連絡協議会
会長 森 秋生さん
(勝岡)

『皆さん募金に協力していただいて、本当にありがたいです。何かしたいという気持ちは一緒なのだと感じます。被災地の復興には、これから長い時間が必要ですが、今回だけではなく、長期的に支援を続けていきたいです』



●被災地での要望の変化が早く、個人提供物資での対応が難しくなってきたため。
●物資が多数寄せられ、予定より早く十分な支援が可能となったため。

をお願いする時は、ご協力を
よろしく願います。
【受け入れ中止の理由】

三股町女性団体連絡協議会「加入者募集」

三股町女性団体連絡協議会には、現在、町内で各方面にて活躍中の5団体が加盟しており、男女共同参画社会で明るく豊かな地域づくりを目指し、活動中です。

町内にお住まいの女性の皆さん、三股町女性団体連絡協議会に加入して、女性同士で情報交換をしたり、レクリエーションをしたり、楽しく交流活動しませんか！

団体でも、個人でも大歓迎です。随時受け付けます。

■参加団体＝【更生保護女性会】【商工会女性部】【体操クラブ】【竹の子会】【食品加工研究グループ（SKK）】

■問い合わせ
教育課 生涯学習係
☎52－1111（内線433）

長田・梶山・宮村へ移住する人に「奨励金」を交付しています

町内には、将来、人口減少が心配される小学校区があります。

町ではこうした「過疎地域（＝長田・梶山・宮村の各小学校区）」へ移り住む人に、「過疎地域定住促進奨励金（2種類）」を交付しています。

移住予定がある人やそのご家族など、お気軽にご相談ください。

●新築・購入奨励金

- 対象＝①～③をすべて満たす人
- ①過疎地域外（町内外を問わない）から過疎地域へ引っ越した人
 - ②夫婦の満年齢合計が100歳以下の人
 - ③引っ越してから1年以内に70平方メートル以上の住宅を建築・購入した人

■交付額＝
小学生以下を扶養……………80万円
上記以外……………40万円

●転入・転居奨励金

- 対象＝①、②をともに満たす人
- ①過疎地域外（町内外を問わない）

- ②小学生を扶養している人
- 交付額＝扶養する小学生が、
- 1人の場合……………10万円
 - 2人の場合……………15万円
 - 3人の場合……………20万円

- 注意事項＝
- ・交付を受けるには申請が必要です。
 - ・申請は引っ越してから6カ月を経過しなければできません。
 - ・申請できるようになって（＝基準日）から、6カ月以内に申請を終えることが必要です。
 - ・2種類の奨励金は、重複して交付を受けることはできません。

■問い合わせ
地域政策室 地域政策係
☎52－1111（内線223）

相談

6月1日は「人権擁護委員の日」
全国人権擁護委員連合会では、6月1日を「人権擁護委員の日」と定めています。これは、人権擁護委員の存在を広く皆さんに知ってもらい、人権尊重思想を啓発するためです。

わたしたちの町で活動されている人権擁護委員は、次の5人です。これらの人は、三股町長が推薦し、法務大臣から委嘱されています。

■町内の人権擁護委員＝
黒木兼一郎さん……………☎51－0313
岩崎健一郎さん……………☎51－1382
柿原 信知さん……………☎52－3920
南畑 静子さん……………☎52－4087
後藤田規子さん……………☎52－7932

いじめ、虐待などの「人権相談」だけでなく、家族関係（夫婦・親子・離婚・扶養・相続）、近隣関係、金銭貸借、借地借家、登記などの問題でお困りの人は、人権擁護委員または宮崎地方法務局都城支局（☎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。

■相談場所＝社会福祉協議会
町総合福祉センター『元気の杜』内

■問い合わせ
総務課 行政係

☎52－1111（内線232）

『緑の募金』にご協力ください

緑は美しい郷土をつくり、豊かな水をはぐくんでいます。（社）宮崎県緑化推進機構は「県民参加の森林づくり」を目指して『緑の募金』を行っています。皆さんの善意によって集まった『緑の募金』は、森林づくりボランティア活動などによる森林の整備、緑化の推進、国際緑化協力に使われます。

明るく住みよい未来に向けて、緑豊かな郷土を築くため、皆さんのご支援とご理解をお願いします。

■22年度の募金額＝129万6,906円
全額宮崎県緑化推進機構に納付しました。皆さんのご協力、誠にありがとうございました。

■22年度の使途（金額）＝
－森林の整備－
各小学校林等整備事業（29万202円）
－緑化の推進－
緑化推進事業（苗木配布）（37万3,680円）
－みどりの少年団－
活動費助成（15万円）

■募金期間＝5月31日まで

■問い合わせ
三股町みどり推進会議事務局
（産業振興課 農林整備係）
☎52－1111（内線333）

平成23年4月から6カ月間 子ども手当が支給されます

～子ども手当は、平成23年4月から9月までの6カ月間～
これまでと同じ、月額1万3,000円が引き続き支給されます。

■支給金額＝子ども1人につき、月額1万3,000円

■支給対象となる子ども＝0歳から中学卒業まで（0歳から15歳になった後の最初の3月31日まで）

■支給月＝6月（2月分から5月分）10月（6月分から9月分）

※すでに子ども手当を受給していて、支給対象となる子どもの数に変更がない人は、特に手続きは必要ありません。
※6月の現況届の提出は不要です。

10月に届け出・申請などが必要になる場合があります。

■問い合わせ
福祉課 児童福祉係

☎52－1111（内線167）

平成23年度全国地域安全運動・暴力追放運動の「ポスターと標語」を募集します

■課題＝

- ①子どもと女性の犯罪被害防止
- ②住宅を対象とした侵入犯罪防止
- ③青少年の万引き防止
- ④暴力団追放

■応募のきまり＝応募作品の裏面に、住所、氏名（フリガナ）、年齢、電話番号、職業または学校名、学年を明記してください。

<全国モデルポスター>

- ・デザインは、B3判、A2判相当のヨコ書きで作ってください。
- ・作品にスローガン（キャッチコピー）の文字は入れないでください。

<全国モデル標語>

- ・応募は、一課題につき一人1点。
- ・郵便はがきか、はがき大のものにタテ書きで、一枚の用紙に1点のみ書いてください。

■送付先＝（財）宮崎県防犯協会連合会
〒880－8509 宮崎市旭1丁目8番28号

■応募締切＝6月10日（金）

■入賞決定と発表＝

- 入賞作品の中から、さらに選ばれたポスター、標語をポスター化し、全国各地に広く掲出します。ポスターには、名前と都道府県名を掲載します。

- 入賞作品の著作権は全国防犯協会連合会に帰属します（ポスターのほか、チラシ、けんすい幕、カレンダーなどを作成します）。

- 入選結果は、全国防犯協会連合会の広報誌「月刊安心な街に」全国暴追センターの機関誌「全国センターだより」で発表します（氏名、都道府県・市町村、職業または学

校名、学年を公表します）。

■入賞（各課題ごと）＝
最優秀賞1人／表彰状・副賞
優秀賞 若干名／表彰状・副賞

■問い合わせ
（財）宮崎県防犯協会連合会
☎0985－29－2068

介護用品支給（助成）事業について

重度の要介護高齢者を介護している家族に対して、介護用品（紙おむつなど）を購入した費用の一部を助成します。

助成対象者は、町内に住所がある町民税非課税世帯の人で、要介護認定4または5と認定されている人を在宅で介護している家族です。

その人に対し、月ごとに1回6,000円（年額7万2,000円）のクーポン券を支給します。

■介護用品＝①紙おむつ ②尿取りパット ③使い捨て手袋 ④清拭剤 ⑤ドライシャンプー ⑥おむつカバー ⑦防水シーツ ⑧おしりふき など

※クーポンの支給を希望する人は、事前に申請が必要です。

■問い合わせ
福祉課 介護高齢者係
☎52－1111（内線162）

平成23年度介護保険料はこのようになります

平成23年度の保険料は、次のとおりです。

保険料は、介護サービスにかかる費用に応じて基準額が決まり、その基準額をもとに、所得に応じて6段階に分かれます。

- 第1段階被保険者……………2万7,600円
- 第2段階被保険者……………2万7,600円
- 第3段階被保険者……………4万1,400円
- 第4段階軽減被保険者……………4万8,500円
- 第4段階被保険者……………5万5,200円
- 第5段階被保険者……………6万9,000円
- 第6段階被保険者……………8万2,800円

注）第4段階軽減被保険者とは、第4

段階被保険者のうち、課税年金収入額と合計所得金額の合計額が80万円以下の人が対象です。

■第1号被保険者（65歳以上）＝

- ・特別徴収の人
4月・6月・8月は、年金から仮徴収（2月分と同じ金額）され10月・12月・2月から本徴収されます。

- ・普通徴収の人
7月から徴収が始まり、「納付書」または「口座振替」での納付になります。

■第2号被保険者（40歳～65歳未満）＝

- ・国民健康保険に加入している人
介護保険料は国民健康保険税の中に含まれています。「納付書」または「口座振替」での納付になります。
- ・職場の健康保険に加入している人
介護保険料率と給与に応じて、給与から徴収されます。

※なお、所得税・町県民税申告が終わっていない場合、保険料が高くなります。申告していない人は、お早めに申告してください。

■問い合わせ
福祉課 介護高齢者係
☎52－1111（内線162・163）

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した。

三股町社会福祉協議会
平成23年3月1日から31日まで

寄付者	続柄	故人名	年齢	地区	金額
下石 光丸	姉	日野フサエ	93	山王原	5万円
田上フクミ	夫	まさほる 政治	82	前 目	3万円
細山田良一	母	ミキ	100	梶 山	3万円
木野田敏子	夫	みよし 三吉	81	仲 町	5万円
徳田 静美	母	アキエ	101	餅 原	3万円
中内シヅエ	二男	光則	59	中 米	2万円
楠見 杉雄	妻	ケサオ	90	寺 柱	3万円
中村ミナ子	義姪	まさこ 南昭子	84	梶 山	3万円
下村 聡雅	母	ヒサエ	95	前 目	3万円

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＝6月9日(木)
- 受付＝午後1時～1時30分

●マザークラス・パパママ教室

- 期日＝1回目/6月1日(水) 午後1時30分～3時
2回目/6月8日(水) 午後1時30分～3時
3回目(パパママ教室)/6月19日(日)
午前10時～正午

■持ってくるもの＝母子手帳、軽い体操のできる服装でお越しください

※申し込みが必要です。健康管理センターまでお申し込みください。

●予防接種【ポリオ】

- 期日＝5月17日(火)
- 受付＝午後1時～2時
- 受けられる年齢＝生後3か月～90か月未満
- 持ってくるもの＝母子手帳、印かん

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＝5月19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＝5月24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

●お誕生会

- 期日＝5月26日(木)
- 時間＝午前10時～11時
- 内容＝4・5月生まれのお友達をきているみなさんでお祝いします。

6月の行事予定

【親子教室】

期日＝6月3日(金)
時間＝午後1時30分～2時30分

内容＝ふれあい遊び

講師＝工藤純代さん(保育士)
日高由起さん(保育士)

主催＝宮日母子福祉事業団



ファミリー・サポート・センターたんぽぽからのお知らせ

●ファミリー・サポート・センターたんぽぽ ☎52-8101

まかせて会員(子育ての援助を行いたい人)の講習会を開催します。まかせて会員は、まず入会申込書を提出し、センターの承認を受けてから講習会へ参加できます。

●講習会

- 期日＝6月22日(水)
 - 時間＝午前8時30分～午後4時30分
 - 場所＝町総合福祉センター「元気の杜」
- ※まずは、センターへお電話ください。



「まかせて会員」講習会の様子

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＝5月16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。

●人間ドックについて

30歳～70歳までの5歳ごとの節目の人を対象に、下記のとおり、人間ドックを実施し、料金の一部を助成します。受診希望者は、受診券の交付をしますので、健康管理センターまでお越しください。

■対象者＝定員200人(定員になり次第締め切ります)

年齢	生年月日
30歳	昭和56年4月2日～昭和57年4月1日
35歳	昭和51年4月2日～昭和52年4月1日
40歳	昭和46年4月2日～昭和47年4月1日
45歳	昭和41年4月2日～昭和42年4月1日
50歳	昭和36年4月2日～昭和37年4月1日
55歳	昭和31年4月2日～昭和32年4月1日
60歳	昭和26年4月2日～昭和27年4月1日
65歳	昭和21年4月2日～昭和22年4月1日
70歳	昭和16年4月2日～昭和17年4月1日

※平成23年度三股町が実施する特定健診(集団・個別健診)を受診しない人が、人間ドック料金助成の対象となります。ご注意ください。

■受診券(助成券)交付日時＝

5月2日(月)～6月15日(水)

※土・日・祝祭日を除く

■時間＝午後1時30分～午後4時

※電話での受け付けはできません。

※下記の日程は、受診券の交付ができません。ご注意ください。

5月	12日(木) 17日(火) 19日(木) 26日(木)
6月	9日(木)

■料金＝個人負担額…1万6,750円

(人間ドック料金/3万6,750円-町の助成額/2万円)

※人間ドック検査項目以外の検査や、精密検査費用は個人負担となります。

■人間ドック実施期間＝5月～平成24年3月末まで。

健康管理センターで受診券をもらってから、各個人で医療機関に受診日の予約をしてください。

■検査項目＝①診察 ②身体計測(身長・体重・標準体重・肥満度・BMI) ③CT検査(胸部) ④超音波検査(腹部) ⑤循環器検査(心電図・血圧測定) ⑥消化器検査(胃カメラ・便潜血検査2日法) ⑦血液検査(貧血、脂質検査、肝機能検査、腎臓機能検査、腎機能検査、糖尿病検査、血液型検査、電解質検査) ⑧尿検査

■人間ドックができる医療機関＝健康管理センターに医療機関一覧表があります。受診券交付時に、検便容器と一緒に持ち帰りください。

町福祉・消費生活相談センターからのお知らせ

●町福祉・消費生活相談センター ☎52-0999

●「法律相談」(無料)について

センターでは、平成23年5月から奇数月に無料法律相談を開設しています。

■期日＝7月11日(月)

■時間＝午後1時30分～4時30分

■場所＝町福祉・消費生活相談センター(旧シルバー人材センター)

■内容＝土地、家屋、相続、離婚、多重債務などの金融貸借や消費生活にかかわる法的な問題について、弁護士が考え方や解決方法などをアドバイスします。

※個人の秘密はかたく守られます。

■申込方法＝事前の予約が必要ですので、相談を希望する人は、必ず1週間前までに、電話、または来所してお申し込みください。

※予約制で、定員6人までです。

Advanced age

高齢者(介護保険)

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

●介護予防について

～いつまでも住み慣れた場所で暮らせるように～

高齢者が介護を必要とする原因は、高齢による衰弱や骨折・転倒、関節疾患など、生活機能の低下によるものが多く見られます。

その数は高齢になるほど増える傾向にあります。これらの原因の多くは、早めに取り組むことで予防することができます。

現在、介護や支援を必要としている人でも介護予防に取り組むことで、元気を取り戻したり、今の状態を悪化させないようにすることができます。

●「寝たきりはささいなことがきっかけになります」

寝たきりなどの介護が必要になってしまうきっかけは、多くの場合「入れ歯が合わない」「つまずくことが多くなった」といった身近なことから始まります。

寝たきりとは関係のないことのように思われますが、体を動かさなくなったり、栄養が不足すれば筋力が低下し、転倒しやすくなります。転倒が原因で骨折するとそのまま寝たきりの状態になる危険性が高くなります。

●「悪循環を介護予防で断ち切ろう」

①最近よくつまずくようになった→②家の中や外出先で転んだ→③転ぶのが怖くて外出しなくなった(閉じこもり)→④動かないので、食欲がでない(低栄養)→⑤ますます筋力が低下して立てない状態に→⑥ついには寝たきり…

いつまでも元気で生活する為にも心身の老化のサインに早く気づき、体の機能を維持、向上させるなど対応していくことが大切です。

今回は、「運動機能の向上について」です。

●「足もと元気教室」5月15日～6月14日の日程

※4月から、新たに8地区分館でも始まります。

地区名	時間	場所	日程
1地区	午前9時30分～11時	第1地区分館	5月20日(金) 6月3日(金)
2地区	午後1時30分～3時	2地区交流プラザ	6月7日(火)
3地区	午後1時30分～3時	第3地区分館	6月9日(木)
梶山	午前9時30分～11時	第4地区分館	5月18日(水)
轟木	午後1時30分～3時	轟木集落館	5月27日(金)
前目	午後1時30分～3時	前目研修館	5月18日(水)
蓼池	午前9時30分～11時	蓼池児童館	5月26日(木) 6月2日(木)
餅原	午後1時30分～3時	餅原研修館	5月16日(月)
今市	午前9時30分～11時	今市児童館	6月6日(月)
中原	午前9時30分～11時	中原コミュニティセンター	5月25日(水) 6月8日(水)
8地区	午前9時30分～11時	第8地区分館	5月27日(金)
植木	午後1時30分～3時	西植木コミュニティセンター	5月25日(水) 6月8日(水)

※準備するもの＝体操のできる服装、シューズ、水分補給用の飲み物



みまた 暮らしのカレンダー

..... 1.May ~ 4.June 2011

※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。

◎5月の予定

1	日	◎おおくぼクリニック(内) ☎26-1500(千 町) ◎豊栄クリニック(内) ☎39-2525(下長飯町) ◎仮屋医院(内・小) ☎36-0521(上水瀧町) ◎三州病院(外・胃・内) ☎22-0230(花緑町) ◎安藤医院(病・外・内) ☎39-2226(豊満町) ◎かみながえクリニック(耳鼻) ☎25-0224(上長飯町)
2	月	・不燃物 ・図書館休館日
3	火	◎田口クリニック(内) ☎24-0600(下川東) ◎しげひらクリニック(内) ☎27-5555(神之山町) ◎志々目医院(内・小) ☎57-2004(山之口町) ◎とまり内科外科胃腸科(内・外・胃) ☎52-1135(三股町) ◎寺本整形(整) ☎22-1171(北原町) ◎武田産婦人科(産・婦) ☎22-0336(蔵原町) ・図書館休館日
4	水	◎森山内科外科クリニック(内) ☎21-5000(南園町) ◎児玉小児科(小) ☎25-5570(花緑町) ◎坂田医院(内・消・胃) ☎51-2003(三股町) ◎倉内整形(整) ☎22-1252(上 町) ◎横山病院(泌・消) ☎22-2806(都島町) ◎西浦耳鼻科(耳鼻) ☎22-0715(松元町) ・図書館休館日
5	木	◎村上クリニック(番・内) ☎25-2700(宮丸町) ◎富田医院(内・小) ☎23-4586(栄 町) ◎大橋クリニック(内・消・リハ) ☎37-0539(庄内町) ◎野口脳神経外科(脳外科) ☎47-1800(太郎坊町) ◎速見医院(泌) ☎24-8344(妻ヶ丘町) ◎宮田眼科(眼) ☎22-1441(蔵原町) ・図書館休館日
6	金	・可燃物
7	土	
8	日	◎柳田病院(小・内) ☎22-4862(東 町) ◎いづみ内科(内) ☎22-7111(鷹 尾) ◎長倉医院(内) ☎52-2109(三股町) ◎マドコロ外科(外・胃・整) ☎22-0138(小松原町) ◎吉見クリニック(外・整・内) ☎58-5633(高城町) ◎中山耳鼻科(耳鼻) ☎24-2648(妻ヶ丘町)
9	月	・不燃物
10	火	・可燃物
11	水	
12	木	・トレイ・ベット

◎今月の表紙

『願い』



たくましく育てね

毎年この季節になると、町内のあちこちで見掛ける「こいのぼり」。力強く空を泳ぐその姿には、家族の思いがたくさん詰まっています。「たくましく育てね」。その成長を、地域でも見守っていきたいですね。



いきいき げんき!

毎月19日は食育の日
●問い合わせ：
健康管理センター ☎52-8481

～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! といったことづくしです。

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。

5月の旬食材…ウメ

バラ科の果実で中国から入ってきた。初めは花を楽しむ観賞用だったが奈良時代から梅干しが作られるようになった(表示の材料はすべて1人分です)。

◎赤の皿 鶏レバーのケチャップ風味

【主菜2つ(SV)】 160キログラム 塩分1.4グラム

材 料 鶏レバー…70グラム、塩コショウ…少々、小麦粉…小さじ2、卵…1/4コ、パン粉…30グラム、ケチャップ…小さじ2、ウスターソース…小さじ2、おろしにんにく…小さじ1/3、水…1/5カップ、片栗粉…大さじ1/4、水菜…1/5わ、レモンスライス…2枚

作り方 ①鶏レバーは一口大に切り、15分ほど塩水につけて、水気をきる。②レバーに塩コショウして小麦粉、とき卵、パン粉の順につけ、170度の油で色よく揚げる。③フライパンに、にんにく、ケチャップ、ソース、水、片栗粉を入れ混ぜながら煮立たせ、とろみをつける。④揚げたレバーとケチャップあんをからめる。⑤皿に盛り、水菜とレモンを添える。

◎白の皿 イチゴヨーグルト

【牛乳1つ(SV) 果物1つ(SV)】 66キログラム 塩分0.1グラム

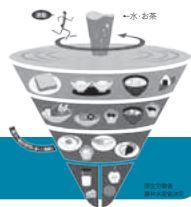
材 料 プレーンヨーグルト…50cc、イチゴ…70グラム、砂糖…小さじ1
作り方 ①イチゴはヘタをとり、4つ割りにする。砂糖とともに袋に入れ、上から手でつぶす。②器にヨーグルトを入れ、イチゴを盛り付ける。

◎白・緑の皿 レンコンスープ

【副菜1つ(SV)】 38キログラム 塩分1.0グラム

食事バランスガイドとは?

1日に「何を」「どれだけ」食べたらよいかをコマの形のイラストで分かりやすく示しています。「何を」とは、主食・副菜・主菜・牛乳乳製品・果物、の5つの料理グループ。「どれだけ」とは、1日の目安をそれぞれの料理グループごとに「つ(SV)」という単位で示しています。*「食事バランスガイド」は健康管理センターにおいてあります。



税

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

5月31日(火)は納付期限です

●納税管理係(内線144・145)

納付期限内に納付しましょう。

●軽自動車税(全期)

※口座振替は5月25日(水)が振替日です。再振替は行っていません。24日(火)までに預貯金口座の残高確認をお願いします。

「口座振替」が便利です

●納税管理係(内線144・145)

町税の納付は「安心・便利・確実」な口座振替をご利用ください。

◆申込手続き

- ・口座振替依頼書は、金融機関または郵便局に備えてあります。
- ・金融機関などへ「預金通帳」「その届出印」をお持ちになり、口座振替依頼書に必要事項を記入のうえ、申し込

んでください。

◆金融機関など(各支店・各支所)

都城農協、宮崎銀行、宮崎太陽銀行、都城信用金庫、鹿児島銀行、郵便局、九州労働金庫

◆口座振替ができる町税

町県民税、固定資産税、軽自動車税、国民健康保険税

◆口座振替ができる預金の種類

普通預金、当座預金、納税準備預金、通常郵便貯金

◆口座振替の開始月

ご依頼の翌月または翌々月からの引き落としになります。

◆振替日

毎月25日(金融機関が休みの場合、翌日になります)

◆注意事項

再振替は行っていないので、振り替えができなかった場合は、納期限後に、はがき大の「口座振替不能用の納付書」をお送りします。役場または郵便局以外の金融機関で納めてください。

・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ます

