

MIMATA

PublicRelations



平成24年も
ぬくもりあふれるまちに

迎春
新年のごあいさつ
町長、町議会議長が新年のあいさつをいたします
お知らせ
町のお金、このように使われました
平成22年度決算報告

Proud!
Japan
東日本大震災の復興を支援しよう
花と緑と水のまち
宮崎県 三股町

MIMATA PublicRelations

Vol.497



広報みまた 平成24年1月1日号

発行：三股町役場 ■編集：地域政策室
TEL：0986(52)1111 FAX：0986(52)4944
〒889-1905 宮崎県北諸県郡三股町五本松1-1



いにしへの調べの音楽革新

静にして、動
大胆にして、精緻
厳かにして、奔放に……

おんこしらへ

×
管弦楽人

■日時／平成24年1月20日(金) 午後7時開演(開場は30分前)
■料金／一般：2,000円、小学生～高校生：1,000円
ペア：3,000円(前売りのみ)、未就学児：入場無料
※全席自由 ※電話予約可 ※Web予約可
※前売にて完売の場合「当日券」はありません
■内容／「温故知新」の2人が、「管弦楽人(かんげんがくと)」の4人と共演。邦楽界ではありえないスタイルのもと、古典をベースに、独自のアレンジを加えたスタンダードナンバーやオリジナル曲で魅了します。渾身の『邦楽ヴァージョン』は、三股町立文化会館でしか見ることのできないスペシャルステージです。2012年、三股町立文化会館の新しい10年の幕開けとなる公演にご期待ください。
■プログラム(予定・変更の場合があります) ノりんご追分、アメージンググレース、新日本紀行ふたたびのテーマ、古都(オリジナル)、火の蜚(オリジナル)ほか
■出演／【温故知新】石井 秀弦(津軽三味線)、上之園 謙治(パーカッション)
【管弦楽人】坂田梁山(尺八)、坂田美子(薩摩琵琶)、稲葉美和(箏)、筑紫寿楽(和太鼓)
■主催／三股町・三股町教育委員会

「演劇・時空の旅」シリーズ#4 1597年/イギリス

フォールスタッフ

ウィンザーの陽気な女房たち

逃げる、
阿呆ども!

2011-2012 シーズン・テーマ
演劇・ダンス
【そこからの眺め / from a girl】

原作：ウィリアム・シェイクスピア
翻訳：小田島雄志
構成・演出：永山智行
【(財)宮崎県立芸術劇場演劇ディレクター】

2/26(日)
三股公演
■時間／午後2時開演(開場は30分前)
■料金／一般3,000円(当日3,500円)
小学生～高校生1,500円(当日も同じ)
■出演／あべゆう(劇団こぶく劇場・宮崎)、大畑佳子(飛ぶ劇場・北九州)、椎木樹人(万能グローブガラバコスダイナモス・福岡)、末永都(F's Company・長崎)、高野桂子(village80%・福岡)、中村雪絵(劇団ぎや・福岡)、松岡優子(ゼロソー・熊本)、森岡光(不思議少年・熊本) パーカッション演奏：谷口潤実(宮崎)
■主催／財団法人宮崎県立芸術劇場
■共催／三股町・三股町教育委員会

三股町立文化会館自主文化事業

●お問い合わせ・電話予約・チケット販売／
三股町立文化会館 Tel.0986-51-3462 <http://www.town.mimata.lg.jp/bunka/>

謹賀新年

新年あいさつ

町民の皆さまにおかれましては
平成24年の新春を
健やかに迎えられたことと
心よりお慶び申し上げます
三股町長 木佐貫 辰生

町民の皆さまには 健康で希望に満ちた初春を
お迎えのこととお慶び申し上げます

三股町議会議長 山中 則夫



わたしたち議員も、昨年4月に町議会選挙があり、新人4人を含む12人の新議員で、後顧の憂いなく公務に精励しております。皆さまから

影響が出ており、今年からも多大なる影響が出るでしょう。本町としても、町民の皆さんへのサービス低下にならないよう、議会も行政も知恵を出し合い、乗り切っていかなければなりません。

民が認識し、どう協力していくかです。

反面、地方にとっては、国のお金が復興に使われますので、財政上はお金の回りが悪くなるという事態が起こります。実際、昨年ですでに影響が出ており、今年からも多大なる影響が出るでしょう。本町としても、町民の皆さんへのサービス低下にならないよう、議会も行政も知恵を出し合い、乗り切っていかなければなりません。

昨年中は、町議会の運営に深いご理解と多大なるご指導・ご協力を賜り、厚くお礼申し上げます。さて、昨年は、本当に災害の多い一年でありました。その中でも、何といっても3月11日の東日本大震災です。わたしたちには想像もできない大震災でした。最悪だったのは、原発事故が追い打ちをかけてしまったことです。

東北地方の一日でも早い復旧・復興を願うものでありますが、それには多額の財源が必要となるでしょう。また、原発事故の悪影響は、数十年に及ぶといわれています。このことを全国民が認識し、どう協力していくかです。

さらに、9月には台風12号が全国に被害をもたらすなど、危機事象が頻発する状況です。新燃岳の噴火活動も予断を許さない状況であることから、「備えあれば憂いなし」、危機意識を持つて準備・対処しなければならぬと考えています。いろいろな出来事がある中、本町では、元氣なまち、安全・安心なまち、アスリートのまちづく

りとして各種事業に取り組んでまいりました。まず、本町中心地の活性化策の一つとして、塚原住宅の改築に昨年7月着工し、2月完成の予定です。続いて今年は、2期工事を計画しています。また、県産材をふんだんに活用した弓道場が3月には完成の予定で、アスリートタウンの一翼を担うことを期待しています。

さらに、宮村地区の過疎・小学校活性化対策として、21区画の宅地分譲をいたしました。即完売し小学生以下の子ども35人が増えます。そして、地区座談会のテーマであった「まちづくり基本条例」や「環境基本条例」を制定し、町民参加のもと協働のまちづくりに取り組めます。このほか、本町の特性に応じたまちづくりを各種展開しているところであります。



りとして各種事業に取り組んでまいりました。まず、本町中心地の活性化策の一つとして、塚原住宅の改築に昨年7月着工し、2月完成の予定です。続いて今年は、2期工事を計画しています。また、県産材をふんだんに活用した弓道場が3月には完成の予定で、アスリートタウンの一翼を担うことを期待しています。

さらに、宮村地区の過疎・小学校活性化対策として、21区画の宅地分譲をいたしました。即完売し小学生以下の子ども35人が増えます。そして、地区座談会のテーマであった「まちづくり基本条例」や「環境基本条例」を制定し、町民参加のもと協働のまちづくりに取り組めます。このほか、本町の特性に応じたまちづくりを各種展開しているところであります。

わたしたちを取り巻く環境は、少子高齢化が進行し、医療福祉介護などの需要は高まる中、経済・雇用環境は厳しく、財政難など厳しい状況が続いています。TPP（環太平洋経済連携協定）への参加が表明され、農畜産業・関連産業が基幹産業である本町としては危惧しているところです。また、都城市と取り組むクリーンセンター建設事業と都城地域健康医療ゾーン整備事業で、今後多大な財政負担を求められます。

このように多くの課題を抱えながらも、今年も、「自立と協働で創る元氣なまち 三股」をスローガンに、町民目線で町民参加のもと、町政の課題に果敢に挑戦します。今後とも、皆さまのご支援、ご協力をよろしくお願い申し上げます。

結びに、皆さま方のご健勝、ご活躍を祈念申し上げます。年頭のあいさつといたします。

信頼される議会を目指して、昨年設置されました、議会の憲法である「議会基本条例」に基づく議会運営を推進し、議会全体はもとより議員個人の資質向上を図ってまいります。

本町は「町民と協働のまちづくり」をスローガンに掲げ、このことを目指すことはすばらしいことでありますが、行政が「町民も一緒に汗をかいてください」と言う以上は、町民と行政が信頼関係を築くことが大事だと思います。そのためには、議会も行政に徹底した情報公開をより一層求めていきたいと考えております。そして、官民一体となったまちづくりを実現するため、議会も協力してまいります。

今後の課題としましては、本町の均衡ある発展をどう進めていくかです。町全体としては人口が増えていますが、一方では過疎が進行している地域があります。早急に対策を打っていかねば、地域が崩壊してしまいます。過疎地域に企業誘致をして、住民の働く場所を確保するなどの対策も、簡単ではないかもしれませんが考えていかなければなりません。

また、町民の皆さんの所得向上を図るために努力すべきです。特に本町の基幹産業である、農家の所得向上の施策を打つなど、問題は山積しておりますが、「町政は町民のためにある」を肝に銘じて、議会も努力してまいりますので、皆さま方のご理解のほど、よろしくお願い申し上げます。

終わりに、皆さま方ますますのご健康とご多幸を心から祈念申し上げ、新年のあいさつといたします。

〓町のお金はこのように使われました〓

平成22年度

決算報告

皆さんが納めた税金や負担金、そして国や県からの交付金や補助金な

どは、町民の皆さんがよりよい生活を送るために使われています。

こうしたお金がどのくらい納められ、どのように使われているのかを

町の財政事情として広く知らせるために、毎年決算を公表しています

また、地方公共団体は、毎年度決算に基づき「健全化比率（４指標）」と

「資金不足比率」を算定し公表することが義務付けられています。

会 計 名	歳入決算額	歳出決算額	差 引 額
一般会計	97億1,584万2,548円	93億7,862万8,329円	3億3,721万4,219円
特別会計	52億3,793万4,156円	49億1,707万1,316円	3億2,086万2,840円
国民健康保険	29億3,013万5,997円	26億2,871万6,845円	3億 141万9,152円
老人保健	202万3,184円	157万1,118円	45万2,066円
後期高齢者医療保険	1億9,153万 522円	1億8,933万1,055円	219万9,467円
梶山地区農業集落排水事業	4,197万 19円	4,155万 720円	41万9,299円
宮村南部地区農業集落排水事業	3,547万3,524円	3,473万 194円	74万3,330円
介護保険	17億3,027万 160円	17億1,730万1,267円	1,296万8,893円
介護保険サービス事業	1,373万3,296円	1,333万 657円	40万2,639円
墓地公園事業	274万8,328円	250万1,647円	24万6,681円
公共下水道事業	2億9,004万9,126円	2億8,803万 7,813円	201万1,313円
企業会計(収益の収支決算)			
水道事業	3億9,679万8,683円	3億4,128万 51円	5,551万8,632円
合 計	153億5,057万5,387円	146億3,697万9,696円	7億1,359万5,691円

町が持っている3つの財布

- ① **一般会計**…福祉、教育、都市整備や産業の振興など、皆さんが納める町税などが使われるもの。
- ② **特別会計**…国民健康保険や介護保険など、特定の目的のために特定の収入を充てるもの。
- ③ **企業会計**…水道事業のように、事業の収益で費用を賄うもの（独立採算制）。

【表②】本町健全化判断比率（4指標）と資金不足比率（平成22年度決算）

指 標		三股町の 算定結果	早期健全化基準 (オーバーすると黄色信号)	財政再生基準 (オーバーすると赤信号)
4 指 標	①実質赤字比率	－ $\frac{1}{100}$ ※ 1	14.77 $\frac{1}{100}$	20.00 $\frac{1}{100}$
	②連結実質赤字比率	－ $\frac{1}{100}$ ※ 1	19.77 $\frac{1}{100}$	35.00 $\frac{1}{100}$
	③実質公債費比率	9.8 $\frac{1}{100}$	25.00 $\frac{1}{100}$	35.00 $\frac{1}{100}$
	④将来負担比率	5.6 $\frac{1}{100}$	350.00 $\frac{1}{100}$	財政再生基準なし
	⑤資金不足比率	－ $\frac{1}{100}$ ※ 2	経営健全化基準 (オーバーすると黄色信号) 20.00 $\frac{1}{100}$	

※1 実質赤字比率と連結実質赤字比率は、算定の結果、黒字であるため「－」となります。

※2 資金不足比率は、算定の結果、資金不足額はなく余剰額があるため「一割」となります。

項
目
解
説

①実質赤字比率

- ・一般会計などの標準財政規模に対する、歳出総額から歳入総額を差し引いた額の割合
家計に例えると、年収に対しその年の赤字がいくらあるかという割合
- 連結実質赤字比率**
- ・標準財政規模に対する、全会計の赤字額から黒字額を差し引いた額の割合
家計に例えると、年収に対し同居している世帯の赤字がいくらあるかという割合
- 実質公債費比率**
- ・標準財政規模に対する、一般会計などが負担する元利償還金と準元利償還金の割合の3カ年平均値
家計に例えると、年収に対し借入金返済額がいくらあるかという割合
- 将来負担比率**
- ・標準財政規模に対する、一般会計などが負担する退職手当などの実質将来負担額の割合
家計に例えると、年収に対し現在確定している将来負担する額（負債）がいくらあるかという割合
- 資金不足比率**
- ・各公営企業会計の事業規模に対する、企業ごとの資金不足額の割合
家計に例えると、別居している子ども（親）の世帯がいくら資金不足しているかという割合

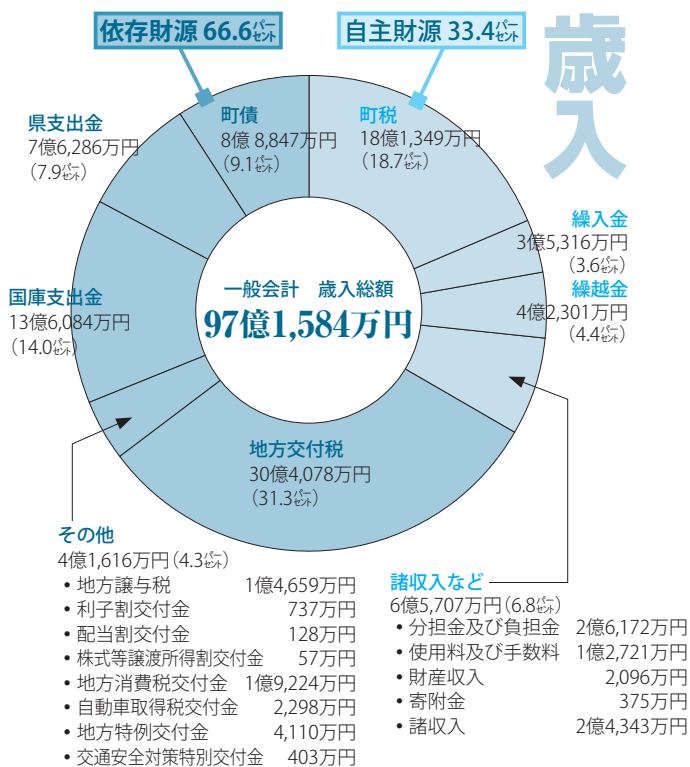
町は、「財政事情」として「平成22年度決算」を公表しました。これは、町の財政がどのように運営され、どのような状況にあるのかを町民の皆さんにお知らせするために公表するものです。町では、皆さんに提供する行政サービスの種類によって、3つの財布（一般会計・特別会計・企業会計）を使い分けています。

22年度の一般会計と9つの特別会計、1つの企業会計を合わせた総額は、歳入が153億5057万円、歳出が146億3697万円となっています（表①）。

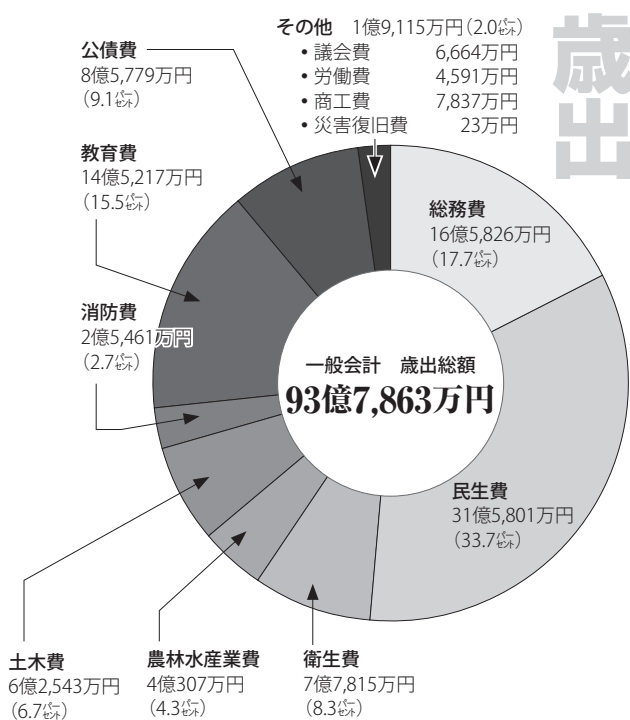
一般会計は、歳入が97億1584万円（対前年度比8・6割増）、歳出が93億7863万円（対前年度比10・1割増）となり、3億3721万円の繰越となっています。歳入の構成内容を見ると、町税18億1349万円を柱とする自主財源は33・4割となっており、依然として財政基盤は弱く、依存財源が66・6割と高い比率を示しています。



歳入



歲出



◎一般会計決算額内訳

歳入

町	税	町民税や固定資産税、軽自動車税、法人町民税など
繰入	金	特別会計や基金などから一般会計に繰り入れるもの
繰越	金	前年度決算の剰余金を翌年度へ繰り越すもの
分担金及び負担金		保育料など特定の事業のために徴収するもの
使用料及び手数料		公営住宅使用料など受益者が実費負担するもの
諸	収 入	預金利子や町が融資した貸付金の返済金など
地 方 交 付 税		国の所得税や酒税などを、町の財政需要に応じて国から交付されるもの
国 庫 支 出 金		町で事業を行ううえで、国が負担、補助するもの
県 支 出 金		町で事業を行ううえで、県が負担、補助するもの
町	債	町が国や銀行などから借り入れる資金

歳出

総務費	管理事務のほか戸籍や統計、徴税、選挙などに必要な経費
民生費	児童福祉や高齢者福祉などに必要な経費
衛生費	保健予防やごみ処理などに必要な経費
農林水産業費	農畜産業や林業、水産業に必要な経費
土木費	道路や橋、河川、公園、公営住宅などに必要な経費
消防費	消火・防火活動や、災害の被害軽減に必要な経費
教育費	学校教育や生涯学習、スポーツ、芸術文化に必要な経費
議会費	議員報酬や費用弁償など議会の活動に必要な経費
商工費	商工業の振興や観光事業に必要な経費
災害復旧費	災害によって生じた被害の復旧に必要な経費
公債費	公債(町の借金)や一時借入金の償還(返済)などに必要な経費

■ 問い合わせ

税務財政課
財政係

☎ 52-1111 (内線132)



22年度に整備を行った三股・梶山・宮村小学校の体育館整備。これで小・中学校7校は、校舎・体育館ともすべて耐震化が完了した

一方、歳出は、前年度に比べ、教育費は三股・梶山・宮村小学校体育館整備事業により21・4割の増、民生費は児童手当から子どもの手当への移行・保育園整備事業により16・4割の増、商工費は、三股駅前多目的広場整備事業が21年度で終了したことにより14・3割の減となっています。また、構成比で見ると全体の約3割を児童福祉費などの民生費が占め以降総務費、教育費の順となっています。

また、本町の「健全化判断比率」と「資金不足比率」の22年度決算に基づく算定結果は、いずれも基準を下回っていて、健全な財政状況といえます（表②）。

今後も、生活関連事業や住民福祉施策など、高まる行財政需要に積極的に対応する一方、常に財政の健全化に努めていきます。



「アスリートタウンみまた」のさらなる飛躍を目指して

町はアスリートを支援します

昨年、「三股町スポーツ大会参加等激励金」の交付を受けた皆さんです。この激励金は、本町のスポーツ振興・競技力の向上を図ることを目的に、県、また九州代表として大会などに参加する場合に交付されます（ただし、国民体育大会、学校体育団体が主催、主催する大会や強化会、学校活動の一環として開催される大会は除く）。

- ① 三股中卓球部・第11回全九州卓球選手権大会（出場（2／19・20））
- ② 榮眞琳さん（三股中）、遠山きよらさん（三股中）：「第11回全日本中学生バドミントン選手権大会」へ県選抜選手として出場（3／26・3／28）
- ③ 杉元裕輝くん（三股中）：「第9回日本少年野球西日本選抜優勝大会」出場（3／19・20）
- ④ 三股ジュニア陸上チーム：「第23回虹の松原カップ西日本選抜小学生クラブ 駅伝競走大会」出場（3／26・27）
- ⑤ 心武会空手道：「第34回全日本空手道連盟剛柔会九州地区空手道選手権大会」出場（6／25・26）
- ⑥ 平内杏太郎くん（三股中）：「ザバスカップ第45回全日本リトルリーグ野球選手権大会」出場（7／2～9）
- ⑦ 満安伶美さん（勝岡小）：「平成23年度全日本卓球選手権大会」出場（7／22～24）
- ⑧ 三股西少女バレー：「第26回全九州小学生バレーボール男女優勝大会」（8／19・21）
- ⑨ 遠山きよらさん（三股中）：「第30回全日本ジュニアバドミントン選手権大会」（9／16～19）
- ⑩ 川野菜理さん（三股小）、松枝花衣さん（三股小）、下石陽香さん（三股小）：「第28回全九州小学生バドミントン選手権大会」出場（10／28～30）
- ⑪ 筒井嘉夫さん、川畑幸一さん、野口正幸さん、谷山誠さん、中村哲さん、西紘平さん、篠原秀晴さん、柏田一敏さん：「第15回西日本シニアソフトボール大会」出場（10／1・2）
- ⑫ 西村健くん（三股中）：「第6回KB全国中学生秋季野球大会」へ県選抜選手として出場（10／7～10）
- ⑬ 三股中陸上部／谷口愛さん、重留昂洋くん、月野誠也くん、小永吉勇汰くん：「第42回ジュニアオリンピック陸上競技大会」へ県選抜選手として出場（10／28～30）
- ⑭ 地頭所瑠々瑠さん（泉ヶ丘高）、中山雅子さん（泉ヶ丘高）、野口真咲さん（三股中）、西川舞奈さん（三股中）：「第15回九州女子ユースサッカー選手権大会」出場（11／12・13）
- ⑮ 菅松新子さん（大鷲東）：「第23回全国家庭婦人バレーボールいそじ大会」出場（11／8～10）
- ⑯ 下石陽香さん（三股小）：「第20回全国小学生バドミントン選手権大会」へ県選抜として出場（12／23～27）
- ⑰ 廣瀬麻衣さん（三股西小）：「第32回全九州ミニバスケットボール大会」（H24／1／7～9）
- ⑱ 轟木翔馬くん（三股中）、中山歩さん（三股中）：「第25回全国都道府県対抗中学バレーボール大会」へ県選抜選手として出場（12／24～28）

のつく町 みまたふるさと大使

第1号に、仲町出身の上原雄三さん



11月12日、第21回三股町ふるさとまつりの中で、「のつく町みまたふるさと大使」の委嘱状交付式が行われました。その第1号に委嘱されたのは、本町仲町出身の上原雄三さんです。

「のつく町みまたふるさと大使」とは？
三股町の魅力や良さを全国に普及広報して、三股町のイメージアップとともに、文化・産業・観光などの振興を図ることを目的に、平成23年8月に設けられた制度です。
「みまたふるさと大使」は、
● 三股町出身の人や三股町に住んだことがある人
● 行政・経済・教育・文化・芸術・芸能・スポーツなどの各分野を通じ、特に三股町にゆかりのある人
などから選ばれます。
また、「みまたふるさと大使」は、それぞれの居住地域や職域で「みまたふるさと大使」の名刺、パンフレットなどを活用しながら、三股町の魅力や良さ（農林水産物、加工品、豊かな自然、祭り、歴史など）をPRし、また町への助言なども行います。
上原さんは、東京都港区赤坂にある「アークヒルズクラブ」の総料理長。上原さんのフランス料理を専門とする料理技術を生かして三股町農畜産物を利用した新たな商品開発に携わります。そして、開発した新商品や三股町の魅力を豊富な人脈と経験を生かしてPRし、町のイメージアップを図ります。
ふるさとまつり2日目の13日には、三股町産の牛肉とわさびを食材としたローストビーフの試食が先着100人にふるまわれました。ふるまいの開始前から長蛇の行列ができ、運良く試食できた来場者は、「甘みのあるソースと柔らかい肉がよく合い、とてもおいしいです。こんな

【上原雄三さんのプロフィール】

東京都品川区在住、昭和27年生、58歳
昭和46年3月 宮崎県立都城泉ヶ丘高等学校卒業
4月 神戸六甲山ホテル調理部入社
51年5月 アメリカジョージア州アトランタ総領事館（料理長）
52年9月 フランスへ渡る
三ツ星レストラン・ホテルを含む7店舗に勤務
1986年 ル・キャキャルトン（ミシュランボン勤務）
(株) ハナエモリ Orangerie de Paris 取締役総料理長
ボキューズドール世界大会に日本代表として出場
平成61年4月 東京都知事賞受賞
5年1月 六本木ヒルズクラブ 副総料理長
11年1月 赤坂アークヒルズクラブ 総料理長
14年2月 現在に至る
21年



【上原雄三さんより】
祖父が三股町名誉町民、父の作った三股中学校正門、今回わたしがふるさと大使、何かの縁を感じます。
生まれて18歳まで育った三股に何か恩返しできればと…そしてわたしの培った料理の世界が少しでも役に立てればと思っています。今は都城の隣まち、三股ですが、これからは三股町が日本、世界で有名になればと思っています。三股町のため、少しでもお役に立てよう頑張りますので、よろしくお願いします。



ローストビーフは初めて食べました」など感想を話しながら、舌鼓を打っていました。

あがな
贖いの日々 交通事故はもうたくさん

運転免許を取得した時、いったい何人の人が運転で人の命を奪ってしまふ可能性を実感として捉えているでしょうか。わたしの事故は、深夜に写真撮影のためかなり離れた目的地向け出発しました。その日が被害者の方々、そしてみずからの運命も変えてしまうことも知らずに…。

高速から一般道へ降りると、路肩には雪があり、路面は黒く筋状に見える。しかし、凍結注意標識もなく異常をほとんど感じませんでした。冬道走行の経験のないわたしはノーマルタイヤで制限速度くらいで走っていました。

インターから数分行ったところで、対向車線に脱輪して前照灯をこちらに向け傾いた車と、車の前に立っている人を発見しました。助けを求めているのかと思い、停止しようとブレーキを踏んだ途端、車はスリップし、コントロール不能となっていました。必死に立て直そうとしましたが、逆に人と車の方に向かっていく結果となっていました。衝突の瞬間に目を閉じてしまいましたが、大きな衝撃があり気付くと横倒しの車内でシートベルトにぶら下がっていました。頭の中が真っ白となり、人を跳ねたという恐怖感と大けがをしたので

危険な夜間走行——凍結路で

はないかという心配から、全身震えながら懐中電灯を持って車外に出ました。2人が路上に倒れていて、1人は半身を起こしていましたが、もう1人は声を掛けても意識のない状態でした。そして、車の奥にもう1人の人がうめき声を上げており、通り掛かりの車の人に頼んで通報してもらいました。

わたしの祈りにもかかわらず、重体だった方は、33日後に1度も意識が戻ることなく亡くなりました。わたしは、人の命という決して取り返しの付かないものを、ご本人、そして家族の方から奪ってしまったのです。

みずからの罪がいかに重く、消えることとはないだろうと思い知らされたのは、遺族の方と会った時でした。そのとき、わたしに向けられた言葉は、1人の人間の生涯を途中で終わらせた者に対する当然というべきものでした。そして、葬儀でみずからが命を奪ってしまった方が出棺されていく現実、自分はどうして存在しているのか、消え入りたいとの思いで立ち尽くしていました。車を運転することは、自分が人を死に至らしめる可能性、その怖さを常に含んでいるのだと身を持って感じています。一度事故を起こせば、どれほどの人々に悲しみを与えてしまうものなのかという事です。

※ 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、心の戒めにしたいだと思います。
(財団法人交通安全協会提供)

Y・A 25歳 無職

安全運転という言葉をよく耳にしますが、実際の運転においていかに安全に車を走らせることが大変であり、大切な、今回の事故で教えられました。車の運転は、一生のハンドルを握っている間、何事もなくて当たり前。事故を起こさないためには、自分の安全へのためまぬ努力によって防いでいくものなのだ。

外国語指導助手のコーナー

バレンタインにいかが？

10月に行われたボランティアまつりに国際交流コーナーを出展した時、「チョコレート・トラップ」というお菓子を制作しました。あるお客さんに「バレンタインデーにちょうどいいかも」と言われたので、作り方を紹介したいと思います。

パーティーの時や手土産などにもぴったりのお菓子なので、皆さんもぜひ作ってみてください。

「チョコレート・トラップ」

〈材料〉

ビスケット：250g、ココア：1／3カップ、ココナッツフレーク：1／2カップ、混ぜ込む分のココナッツフレーク：1／2カップ、仕上げ用のコンデンスミルク(練乳：1缶(395ミリリットル))

〈作り方〉

①ビスケットを細くなるまで砕く。②砕いたビスケット、ココア、混ぜ込む分のココナッツフレークを大きなボウルに入れ混ぜる。③②で混ぜた材料にコンデンスミルクを加え、よく混ぜる。④皿に仕上げ用のココナッツフレークをまんべんなく敷く。⑤③を一口サイズに丸め、④の皿に転がしトラップの周りにココナッツをつける。
⑥あとは冷蔵庫で1時間ほど冷やせばできあがり。



カースティン・イェイツ



「吉林食堂」特別出演！



「温故知新」昨年のステージ



©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

【楽しくも考えさせる演劇】

12月2日、自主文化事業「吉林食堂」おはぎの美味しい中華料理店」の演劇公演がありました。

舞台は福岡のある小さな中華料理店。その店を営む博と、その子どもの新一と純子、近所のおはぎやさんで働く、博の妹・さと子。彼らは戦争時、中国から日本に帰国できず中国人として暮らしていた日本人「中国残留孤児」で、戦後30年以上たつて帰国し、福岡で暮らしています。博とさと子の母親・マサはさと子の帰国を知りません。中国に残したまま見殺しにしたと思ひ悔やんでいたという考え深い家族の話です。

そう思いきや、コメディタッチのお芝居でした。日本語がうまくしゃべれない博の明るいキャラクター、コテコテの博多弁のおばちゃん・マサ、2人に振り回される新一と純子、真つすぐな性格のさと子。この家族のドタバタ劇に、客席

では子どもも大人も笑顔が絶えませんでした。最後に、さと子がお母さんに娘だと打ち明ける場面では涙ぐむ人も…。楽しくも何か心に残るお芝居でした。

昼間は、三股中2年生の「観賞教室」としても公演。客の役で生徒が特別出演し、生き生きと演じていました。

【温故知新×管弦楽人】

いにしへの調べ音楽革新

町立文化会館の新しい10年の幕開けとなる自主文化事業です。津軽三味線の石井秀弦さんとパーカッションの上之園謙治さんによるユニット「温故知新」のステージ。今回は管弦楽人の4人と共演、邦楽界ではあり得ないスタイルのもと、古典をベースに独特のアレンジを加えたスタンダードナンバーやオリジナル曲で魅了します。今年、初の会館へのご来場をお待ちしています。

・日時／1月20日(日)午後7時開演
・会場／町立文化会館

●おはなし隊の訪問について

2月12日(日)午前10時30分に、講談社の「おはなし隊」が町立図書館にやってきます。本をたくさん積んだバスの見学やおはなし会もあります。皆さん、ぜひ親子でご参加ください。

●第39回読書感想文感想画コンクール結果発表！

今回の三股町立図書館の読書感想文感想画コンクールにたくさんの応募がありました。ありがとうございました。感想文が小学生147点、中学生47点、感想画が幼稚園保育園児97点、小学生110点、中学生74点、合計475点の応募がありました。

審査の結果は次のとおりです。

・感想文の部

・最優秀賞(敬称略)

小学1年生 深見まいな (三股西)
小学2年生 川口 直輝 (三股西)
小学3年生 林 海咲 (勝岡)
小学4年生 川崎 望暖 (三股)

小学5年生 橋口 諒生 (三股西)

小学6年生 亀川悠里奈 (三股西)

中学1年生 米丸 史花 (三股)

中学2年生 中城 穂香 (三股)

中学3年生 重久 直剛 (三股)

・感想画の部

・最優秀賞(敬称略)

幼児 よしかわくれあ (第一幼)

小学1年生 大峰 美優 (三股西)

小学2年生 八重尾 鴻 (三股西)

小学3年生 大崎 惇史 (梶山)

小学4年生 児玉 夏菜 (三股)

小学5年生 木下 知春 (三股西)

小学6年生 上村 友翼 (三股)

中学1年生 原口 真穂 (三股)

中学2年生 中野恵実子 (三股)

中学3年生 菅野 和樹 (三股)

休館案内(17日)くらしのカレンダー1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)



前回の「おはなし隊」もたくさんの親子連れでにぎわいました



読書感想文・感想画入選作品集「さつき」



◎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



子どもの声を聞く会 8人が堂々発表

11月3日、町青少年育成町民会議主催の「子どもの声を聞く会」が、町立文化会館で開催されました。これは、将来の夢、家庭・学校生活や郷土について日ごろ考えていることを発表してもらい、青少年の健全育成に役立てていこうという取り組みです。

意見発表を行ったのは各小中学校の代表者8人。「陸上で学んだこと」「感謝を込めて」など、皆元氣よく発表しました。子どもたちの目線からの訴えに、参加者は終始真剣な表情で聞き入っていました。



「緊張しましたが、自分の考えを伝えることができてうれしかったです。また、伝えることの大切さも同時に感じました」
発表者
三股中学校3年
園田 翔さん



「恵の森」に木を植えよう 町有林に4100本

11月6日、町壮年連絡協議会（藤野忠弘会長・550人）は、長田地区の町有林で「恵の森」植樹祭を開催しました。

これは、野生動物の餌場確保や土砂崩壊による災害を防ぐため、保水力のある広葉樹を植樹するというものです。

参加したのは協議会や公募で集まったボランティア約80人。アラカシなど17種4100本を植え、緑豊かな環境を守ろうと、皆懸命に取り組みました。「恵の森」は、今後町民のいこいの場づくりとしても期待されています。



「やっていくうちに、とても楽しくなりました。木がいつばいになって、遊べるようになつたうれしです」
参加者
中石大夢くん
（谷）



田中正吉さん 文部科学大臣賞受賞

田中正吉さん（稗田）が、地域芸術文化の伝承、発展へ大きく貢献したとして、文部科学大臣賞を受賞。11月24日、その報告に役場を訪れました。

田中さんは長年にわたり町文化協会の会長を務め、毎年「芸能発表会」と「文化合同展」を開催しています。

住民から広く親しまれる芸能の舞台と、絵画や書道・陶芸など芸術鑑賞の機会をつくり、地域文化の振興、郷土愛のはぐくみや心豊かな人材育成に大きく貢献。今回その功績が讃えられました。



「大変光栄です。文化協会の皆さんが理解し、協力してくださったおかげです。今後三股らしさを大切にしていきたい」
文部科学大臣賞
受賞者
田中正吉さん
（稗田）



上米棒踊り若武者会「夢桜」 冬の名物に

12月10日〜24日にかけて、上米棒踊り若武者会（杉山雅英会長・20人）は、上米公園で上米公園イルミネーション「夢桜」を行いました。

これは、同地区の若者が中心になって地域を盛り上げようと行っているもので、今年で4年目。会場には、毎年楽しみにしているという多くの人が詰めかけ、淡く咲き誇るサクラに見入っていました。また今年は、東日本大震災の犠牲者や遺族への哀悼の意を表し、311個のろうそくが同公園の池に浮かべられました。



「初めて来ました。とてもきれいでわくわくします。特に、高く光る星が「一番好き。来年もまた来たいです」
来場者
永井夏音さん
（上米）



たすきと思いをつないで 九州マスタース優勝

第22回九州各県対抗マスタース駅伝競走大会（クラブ・走ろう会の部）で、三股クラブが見事優勝し、11月14日、その報告に役場を訪れました。

本大会は、17・5キロの5区間で競われ、同クラブは1区から尾崎英子さん、野崎誠さん、福丸洋美さん、早田賢二さん、竹町勝伸さんがたすきをつなぎました。「仲間がつかないでくれたたすき。その気持ちを大切に懸命に走りました」。そう話す選手たちの思いが伝わると、1時間7分24秒のタイムで見事優勝に輝きました。



「チームワークで勝ち取った優勝、大変うれしく感じています。今後もアスリートタウン三股の名を少しでも大きくしていきたい」
三股クラブ
駅伝チーム監督
加賀幸雄さん
（東原）



元氣な集落づくりを長田地区 「いきいき集落」に

長田地区（332世帯・683人）が、宮崎県から「いきいき集落」に認定され、12月12日、第5地区分館でその認定証交付式が行われました。

これは、県が中山間地域集落活性化のため、元氣な集落づくりに取り組んでいる地域を「いきいき集落」に認定するもの。同地区は、平成22年8月に過疎対策協議会を立ち上げ、米など地元農産物のブランド化、空き家対策で人口減少に歯止めをかけるなどの取り組みを行い、今後、それらに一層の期待がかかります。



「この地区ならではの特徴や魅力を生かしていきたい。この取り組みを通して、地域のまとまりも大切にしていきたいですね」
長田地区過疎対策協議会会長
尾山 卓さん



共に歩んだ50年 金婚式を祝う

11月22日、いい夫婦の日にちなんで、町社会福祉協議会（木佐貫辰生会長）は、「元気の杜」で「三股町金婚式祝賀会」を開催しました。

昭和36年以前に結婚し、これまで50年以上共に手を携えてきた夫婦を祝おうというもので、今回は飯田六男さん・好子さん夫妻（上米）ら38組の金婚を祝いました。

木佐貫会長は「いつまでも夫婦仲良くお元気で」と、各夫妻に祝状と記念品を贈呈。華やかな雰囲気の中は、参加者の笑顔があふれていました。



「この日を迎えられたことに感謝しています。相手へのありがたみの気持ちをずっと大切にしていきたいですね」
結婚50年
飯田六男さん 好子さん 夫妻



福満愛子さん 厚生労働大臣賞を受賞

福満愛子さん（下新）が長年にわたり訪問介護員を務め、社会福祉の増進へ貢献したとして、厚生労働大臣賞を受賞。12月12日、その報告に役場を訪れました。

福満さんは、平成2年4月からの21年7カ月間、訪問介護員として多くの業務に携わりました。介護保険開始後は、ひと月延べ100件の利用者宅を訪問し、調理や身体面の介護だけでなく、利用者との心の交流も大切にして大変喜ばれるなど、これまでの功績が讃えられました。



「大変光栄に思います。この活動を通してわたし自身いつも元気をいただいています。感謝の気持ちでいっぱい입니다」
厚生労働大臣賞
受賞者
福満愛子さん
（下新）



暴力団排除条例施行 都城警察署と協定調印

「三股町暴力団排除条例」が、10月1日、本町で施行されました。本条例は、町民の安全で平穏な生活を守り、社会経済活動の健全な発展を目的とするものです。

「暴力団を恐れない」「暴力団に資金を提供しない」「暴力団を利用しない」の基本理念のもと、町と町民のそれぞれの役割を明らかにし、また具体的な対策を定めています。

本条例に規定された対策の実現へ向け、町は都城警察署と協定を交わし、11月7日、その調印式が同署で行われました。協定書には、「警察署への暴力団関係者の照会、暴力団排除にかかる情報交換や具体的措置の協議」などが盛り込まれ、町、町教育委員会がそれぞれ協定を交わしました。



光と人のぬくもりあふれる みまたのえき

12月22日、みまたのえきが、光と人のぬくもりでいっぱいになりました。これは「みまたんえき周辺にぎわい再生検討部会（河野藤吉会長・8人）」が、駅周辺ににぎわいを取り戻そうと行っている取り組みの一つ。町民皆で絵を描いた手作りのキャンドル5000個に火をともしました。

このイベントは、町商工会や上米棒踊り若武者会の協力、さらにはたくさんの方のボランティアが参加するなど、多くの力が重なり、皆で作ったぬくもりとなりました。



「すごくきれいで、びっくりしました。自分で作ったキャンドルに火がともった時、とてもうれしかったです」
参加者
横山一輝くん
（仲町）

「障害者等駐車場利用証制度(愛称:おもいやり駐車場制度)」が2月1日から始まります

この制度は、商業施設、病院、銀行、官公庁など公共の施設に設置された身体障害者用駐車場などを皆で適正に利用していくためのものです。障害のある人、高齢者や妊産婦など歩行が困難と認められる人に、県内共通の利用証を交付し、当該駐車場を設置する事業所などの協力を得て、駐車スペースの確保を図ります。

■対象駐車場＝商業施設や官公庁など公共の施設に設置された駐車場で、県に協力駐車場として登録された駐車区画。

※利用できる駐車区画には、「おもいやり駐車場」であることを示すステッカーを表示しています。

■利用対象者＝歩行困難な人、駐車場内の横断に危険が伴う人

※障害者手帳保持者、介護保険の要介護者、特定疾病医療受給者、妊産婦、けが人のうち県が定める交付基準に該当する人

■利用証の申請窓口＝三股町福祉課

(1階6番窓口)、都城保健所、県障害福祉課、南部福祉福祉こどもセンターほか

※利用証交付申請は事前に受け付けています。

■問い合わせ

福祉課 社会福祉係

☎52-1111(内線165)

県障害福祉課

☎0985-32-4468

戦後強制抑留者の皆さんへ～特別給付金の請求期限が近付いています～

シベリア戦後強制抑留者に対する特別給付金を支給しています。

■対象者＝旧ソ連邦またはモンゴル国地域の戦後強制抑留者で、平成22年6月16日現在で日本国籍がある生存者(特別措置法施行日(平成22年6月16日)以降に亡くなられた人の相続人は請求できますが、施行日前に亡くなられた人の遺族などは、対象となりません)。

■請求期間＝3月30日(金)まで

※請求期間内に特別給付金の請求をしなかった場合は支給されません。

■請求方法＝(独)平和祈念事業特別基金から請求書類を送付しています。

まだお手元に届いていない人は同基金へお問い合わせください。

※すでに特別給付金を支給された人は、再度の請求はできません。

■問い合わせ

(独)平和祈念事業特別基金

事業部特別給付金担当

☎0570-059-204(ナビダイヤル)

【IP電話、PHS用】

☎03-5860-2748

受付時間：午前9時～午後6時

(土日祝日はご利用できません)

都城広域ネットワーク化促進シンポジウムを開催します

都城志布志道路の建設促進のため、都城広域定住自立圏の連携事業としてシンポジウムを開催します。

■日時＝2月2日(木)

午後2時～3時30分

■場所＝ウエルネス交流プラザ

■内容＝基調講演・意見発表(医療・畜産・港湾・観光)

■主催＝都城市、曾於市、志布志市、三股町

■問い合わせ

地域政策室 地域政策係

☎52-1111(内線222)

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

11月1日から30日まで

寄 付 者	続柄	故人名	年齢	地区	金額
鶴田 鈴子 夫	任男	81	東植木	20万円	
相良 幸子 姉	久保ノブ子	86	櫛田	3万円	
宮本 直美 母	岩崎洋	93	山王原	10万円	
宮永 春男 母	スミエ	97	東植木	2万円	
高妻 満 母	スミ子	86	森木	5万円	
宮田 安親 母	み子	96	梶山	5万円	
上村 利男 義母	川原ミキ	99	東原	3万円	

日赤災害義援金のお礼と報告

日本赤十字三股分区・奉仕団で東日本大震災、新潟県豪雨、三重県災害に伴い募金活動を行った結果、13万8,345円の義援金が寄せられました。

皆さまのご協力ありがとうございました。

日赤三股分区奉仕団

会長 内村ノリ子

平成24年経済センサスー活動調査～経済の国勢調査を実施します～



(質問1) 調査の目的は？

(答) 経済センサスー活動調査は、日本経済の「いま」を知るための調査です。そのためには、一つひとつの仕事現場の姿を知ることが必要です。すべての企業・事業所で調査を行うことで、わたしたちの国の全国的・地域別の経済の「いま」を知ることができます。

(質問2) 調査の対象は？

(答) 全国すべての企業・事業所が調査対象です。

(質問3) どんなことを調査するのですか？

(答) 経営組織、従業員数、主な事業内容、売り上げや費用の金額などです。

記入する項目はいろいろありますが、一つひとつが、日本経済の「いま」を知るために大切な項目です。正確な統計を作るためにも、漏れなく回答をお願いします。

(質問4) いつからどうやって調査するのですか？

(答) 1月末までに調査票をお届けします。2月1日以降に提出して下さい。支社などのない事業所には、調査員が直接伺い、調査票をお配りします。支社などがある企業には、国・県・市が民間事業者を通じて本社などに調査票を郵送します。

(質問5) 調査の結果は、どのようなことに役立てられるのですか？

(答) 調査の結果は大切な資料として、わたしたちの暮らしや地域、そして日本のこれからのために役立てられます。国内総生産(GDP)、県民所得などの推計に利用されたり、地域の産業振興や商店街活性化のための施策などに利用されます。

(質問6) 調査内容が漏れることはないのですか？

(答) すべての情報は保護され、調査票に記入された内容は統計作成のためだけに用いられます。調査員をはじめとする関係者には、統計法により調査で知ったことをほかに漏らしてはいけない義務と、これに反したときの罰則が定められています。また、調査票に記入された内容は、統計作成の目的以外(税の資料など)には、絶対に使用しません。

(質問7) 必ず答えなければいけないのですか？

(答) 調査への報告は法律で義務付けられています。回答がなかったり、不正確・不完全な回答があると、精度の低い統計しか作成できません。このため、統計法には報告の義務とこれに反したときの罰則が定められています。

■問い合わせ

地域政策室 地域政策係

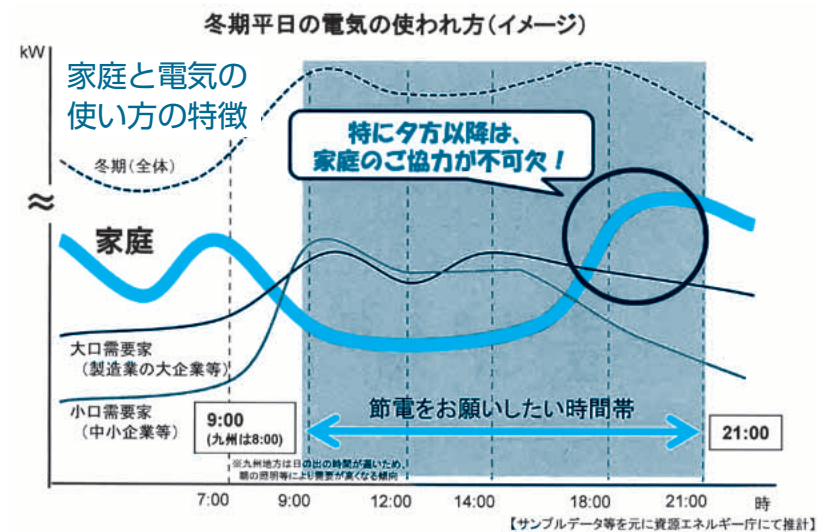
☎52-1111(内線223)

●問い合わせ：三股町役場 TEL 52-1111(代) FAX 52-4944



九州電力から節電のお願い

3月30日(金)までの平日、生活や経済活動に支障のない範囲で、節電をお願いします。



節電メニュー(節電効果・削減率)

エアコン：重ね着などをして、室温20度を心掛けましょう(設定温度を2度下げた場合、7%削減)・窓には厚手のカーテンを掛けましょう(1%削減) **照明**：不要な照明をできるだけ消しましょう(4%削減) **テレビ**：画面の輝度を下げ、必要な時以外は消しましょう(2%削減) **冷蔵庫**：冷蔵庫の設定を「弱」に変え、扉を開ける時間をできるだけ減らし、食品を詰め込まないようにしましょう(1%削減) **ジャー炊飯器**：早朝にタイマー機能で1日分をまとめて炊き、保温機能は使用せず、よく冷ましてから冷蔵庫に保存しましょう(1%削減) **温水洗浄便座(瞬間式)**：便座保温・温水の設定温度を下げ、不使用時はふたを閉めましょう(1%未満削減) **待機電力**：リモコンではなく、本体の電源を

切り、使わない機器はプラグを抜いておきましょう(1%削減)

※資源エネルギー庁推計(家庭の夕方ピーク時の消費電力(約1400kWh)に対する削減率の目安)

現時点では、今冬の電力需要見通しに対する十分な供給力を確保できず、電力需要は厳しい状況です。

特に、気温が低く冬季の最大需要が発生する可能性が高い2月3日(金)までの平日(午前8時～午後9時)は、さらに需給状況が厳しくなります。5%以上を目標に節電への協力をお願いします。

■問い合わせ

九州電力(株)都城営業所

☎0120-986-705

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＝2月9日(木)

■受付＝午後1時～1時30分

■対象者＝平成23年奇数月生まれの乳児

■持ってくるもの＝母子手帳、タオル3枚

※相談料無料で、助産師のおっぱい相談が受けられます。
ぜひご利用ください。

●マザークラス・パパママ教室

■期日＝1回目／2月1日(水)

2回目(パパママ教室)／2月12日(日)

3回目／2月15日(水)

■内容＝1回目／妊娠中の生活、栄養、妊婦体操

2回目／パパの妊婦体験、沐浴練習

3回目／呼吸法、補助動作

■時間＝1回目・3回目：午後1時30分～3時まで

2回目：午前10時～正午

■持ってくるもの＝母子手帳

※1回目は体操のできる服装でお越しください。

●ポリオワクチン予防接種について

現在、生ポリオワクチンの接種を定期予防接種として行っています。生ワクチンは免疫力をつける力が優れている一方で、100万人に約1.4人の割合でかかった時と同じ症状が出る場合があります。

厚生労働省では、不活化ワクチンの導入に向けて取り組んでいますが、早くても24年度の終わりごろの予定です。不活化ワクチン導入を待つことは、ポリオの流行が起こってしまう危険性が高くなるためお勧めできません。ポリオウイルスに感染すると、手足にまひが現れることがあり、そのまひが一生残ってしまうことがあります。確実な治療法はなく、予防接種で感染を予防するしかありません。

町の本年度のポリオ集団予防接種は終了しました。平成24年度のポリオ集団接種の日程は、4月以降、広報みまた・回覧・ホームページでお知らせします。

また、「厚生労働省ホームページ→健康→感染症情報→予防接種→ポリオワクチン」でも情報を見ることができます。

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＝1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

■期日＝1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

●おはなし会

■期日＝2月2日(木)

■時間＝午前10時～11時

読み聞かせボランティアグループ「大きな木」さん

●親子教室(親子リズムピクス)

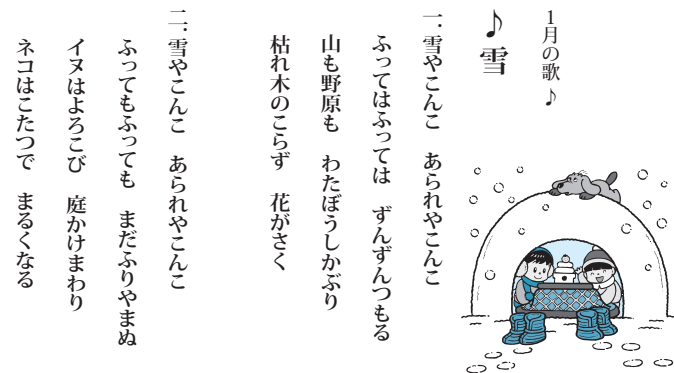
■期日＝2月8日(水)

■時間＝午後1時30分～

■場所＝町総合福祉センター「元気の杜」大会議室

■講師＝田鍋いずみさん(OKJ認定インストラクター)

■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

センターの活動は、以前のように地域の皆で助け合っていた子育てを組織化したものです。

「おねがい会員→子育てを手助けしてほしい人」

「まかせて会員→子育ての援助を行いたい人」

おねがい会員は、100人を越えました。

三股町で子育てを頑張っている皆さん、会員に登録しましょう。現在子育てを頑張っている人も、まかせて会員になり、ほかの人の子育てを援助することもできます。

皆で助け合いませんか。まずは、センターへお電話ください。

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＝1月16日(月)

■時間＝午前10時～11時(受付9時30分から)

※1月から時間が変更になります。ご了承ください。

ストレッチや「歩く」動作を中心とした中高年層の人が対象の教室です。どなたでも参加できます。運動のできる服装で室内履きを持ってお気軽にお越しください。

●インフルエンザの予防に努めましょう

インフルエンザは毎年冬に流行しており、現在国内最大の感染症となっています。一人ひとりが正しい知識をもつことが大切です。インフルエンザにかからない、また感染を広げないためにできることから取り組みましょう。

■症状は…せき、鼻水またはのどが痛いなどの症状に加えて、38度以上の高熱、熱っぽさ、全身のだるさなどが見られます。また、下痢、嘔吐を伴うこともあります。

■感染予防には…外出時のマスクの着用、帰宅後のうがい・手洗いの習慣を身に付けましょう。市販されている不織布のマスクがお勧めです。バランスの取れた食事と十分な睡眠で基礎体力をつけましょう。

Advanced age

高齢者(介護保険)

介護保険サービスの利用方法について

●福祉課介護高齢者係☎52-1111(内線162・163)

介護保険サービスを利用するためには、次の①～⑦の手続きを行って「要介護または要支援状態」と認定されることが必要です。

要介護認定申請から結果判明まで1カ月程かかります。認定された場合は、「要介護等区分」「認定の有効期間」が設定されます(40歳～64歳以下の人が利用するためには、介護保険の対象となる特定疾病が原因で認定されることが必要です)。

①最近日常生活に支障が生じ、介護保険サービス(デイサービス、ヘルパー、介護保険施設入所など)を利用したい(入院中の場合、状態が安定し退院のめどが立っていることが必要です)

②「介護保険被保険者証」(以下「介護保険証」)と一緒に、役場に置いてある「要介護等認定申請書」を福祉課介護高齢者係へ提出

(本人以外に家族、地域包括支援センター、民生委員、居宅介護支援事業者などの代行申請も可能です)

※40歳～64歳以下の人が申請する場合は、「医療保険証」が必要です。

③「主治医意見書の記載依頼」(申請時に聞いた主治医に町から直接記載を依頼します)「訪問調査の実施」(国が規定する調査項目について自宅などを訪問し聴き取り)

④「主治医意見書」と「訪問調査票」を基に介護保険認定審査会で要介護等認定の判定

⑤「要介護等認定結果通知書」・判定結果を記載した「介護保険証」を郵送

⑥本人の利用意向と必要性などに基づきケアプランを作成(ケアプランはケアマネジャーに依頼し作成してもらうことができます)。

⑦ケアプランに基づいて介護保険サービスを利用開始(必要性があれば、認定結果が判明する前に暫定ケアプ

ランにより介護保険サービスを利用できます)

※詳細については、お問い合わせください。

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

●口腔ケアの方法

～「口の寝たきり」を防ぎましょう～

口腔を放りっぱなしにしていると、口の中が不衛生になったり、食べ物がおいしくなくなったり、人と話すことがおっくうになったりします。これでは、たとえ体は動いても口腔機能はどんどん衰えて、「口の寝たきり」になってしまいます。

「口の寝たきり」は口腔だけの問題ではなく、やがて生きがいまでなくなってしまうことになります。口を寝たきりにさせないために次のことに心掛けましょう。

①しっかりとよくかんで食べましょう。筋肉が鍛えられ、かむ力、飲み込む力が高まります。また、脳が活性化し、認知症予防につながります。
②おしゃべりをしましょう。話すことは舌、くちびる、ほっぺた、のどなどの良い運動になります。
③歌を歌いましょう。歌はおしゃべり以上に、口の良い運動になります。④毎食後歯をみがいたり、入れ歯の手入れをしましょう。
⑤もし、歯や入れ歯の調子が悪く、かみ合わせが悪かったり、痛かったり、歯ぐきがはれたら早めに歯科受診をしましょう。

●「口腔ケア」で誤嚥性肺炎予防

加齢や病気などにより、飲み込んだり、せきをする力が弱くなると、食べ物、飲み物、だ液が食道ではなく気管に入りやすくなります。その結果起きるのが、誤嚥性肺炎です。この病気は、高齢者にとって死亡率の高い病気です。

肺炎を防ぐためにも、上記の①から⑤の方法で、いつまでも元気な口腔、きれいな口腔でいることが大切です。

●「足もと元気教室」1月15日～2月15日の日程

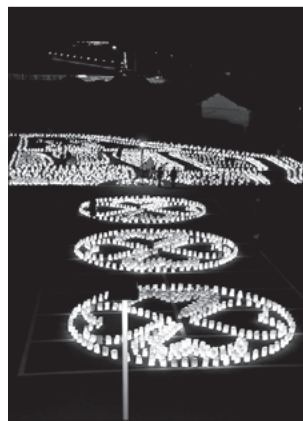
地区名	時間	場所	日程
1地区	午前9時30分～11時	第1地区分館	1月20日(金) 2月3日(金)
2地区	午後1時30分～3時	2地区交流プラザ	2月7日(火)
3地区	午後1時30分～3時	第3地区分館	2月9日(木)
梶山	午前9時30分～11時	第4地区分館	1月18日(水)
轟木	午後1時30分～3時	轟木集落館	1月27日(金)
前目	午後1時30分～3時	前目研修館	1月18日(水)
夢池	午前9時30分～11時	夢池児童館	1月26日(木) 2月2日(木)
餅原	午後1時30分～3時	餅原研修館	1月16日(月)
今市	午前9時30分～11時	今市児童館	1月16日(月) 2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	1月25日(水) 2月8日(水)
8地区	午前9時30分～11時	第8地区分館	1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	1月25日(水) 2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



◎ 今月の表紙

『ぬくもりあふれるまち』



キャンドルナイトみまたんえき

みまたんえき（ＪＲ三股駅）が幻想的な光に包まれました。これは、12月22日に開催された「キャンドルナイトみまたんえき」のイベントで、5,000個のろうそくに皆で火をともしたもの。光とともに、まちには人のぬくもりがあふれていました。

みまた ぐらしのカレンダー

8.January ~ 16.February 2013

※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。

◎ 1月の予定

8	日	◎ふくしまクリニック(内・消・小)	☎46-5001(下川東)
		◎豊栄クリニック(内)	☎39-2525(下長飯町)
		◎鶴木内科医院(循・内)	☎26-0008(花線町)
		◎たかお浜田(外・内)	☎22-8818(鷹 尾)
		◎ゆうクリニック(消・外・内)	☎46-6100(広原町)
9	月	◎北原医院(産・婦)	☎22-4133(北原町)
		◎柏村内科(内)	☎22-2616(上 町)
		◎ケイオークリニック(内・小)	☎46-4500(一万城町)
		◎畠中小児科医院(小)	☎52-6000(三股町)
		◎川畑医院(外・胃)	☎46-3225(年見町)
10	火	◎速見医院(泌)	☎24-8344(妻ヶ丘町)
		◎野田医院(産・婦)	☎24-8553(蔵原町)
		・図書館休館日	
		・可燃物	・図書館休館日
		・不燃物	
11	水	・トレイ・ペット	
		・可燃物	
		・不燃物	
		・可燃物	
		・不燃物	
12	木	・可燃物	
		・不燃物	
		・可燃物	
		・不燃物	
		・可燃物	
13	金	・可燃物	
		・不燃物	
		・可燃物	
		・不燃物	
		・可燃物	
14	土	・可燃物	
		・不燃物	
		・可燃物	
		・不燃物	
		・可燃物	
15	日	◎野辺医院(内・胃)	☎22-0153(上 町)
		◎沖水こどもクリニック(小)	☎27-5656(太郎坊町)
		◎長倉医院(内)	☎52-2109(三股町)
		◎浜田医院(胃・外)	☎22-1151(年田町)
		◎吉見クリニック(外・整・内)	☎58-5633(高城町)
16	月	◎永吉眼科(眼)	☎22-1530(姫城町)
		・可燃物	・図書館休館日
		・不燃物	
		・可燃物	
		・不燃物	
17	火	・可燃物	
		・不燃物	
		・可燃物	
		・不燃物	
		・可燃物	
18	水	・可燃物	・図書館休館日
		・不燃物	
		・可燃物	
		・不燃物	
		・可燃物	
19	木	・可燃物	
		・不燃物	
		・可燃物	
		・不燃物	
		・可燃物	
20	金	・可燃物	
		・不燃物	
		・可燃物	
		・不燃物	
		・可燃物	
21	土	・可燃物	
		・不燃物	
		・可燃物	
		・不燃物	
		・可燃物	
22	日	◎藤元上町病院(内)	☎23-4000(上 町)
		◎園田光正内科(内)	☎38-5115(太郎坊町)
		◎政所医院(内・小)	☎58-2171(高城町)
		◎福田クリニック(外・循・内)	☎46-1122(義原町)
		◎酒井皮膚科(皮)	☎25-5322(北原町)
23	月	◎丸田病院(産・婦)	☎23-7060(八幡町)
		・可燃物	・図書館休館日
		・不燃物	
		・可燃物	
		・不燃物	
24	火	・可燃物	
		・不燃物	
		・可燃物	
		・不燃物	
		・可燃物	
25	水	・可燃物	
		・不燃物	
		・可燃物	
		・不燃物	
		・可燃物	
26	木	・可燃物	
		・不燃物	
		・可燃物	
		・不燃物	
		・可燃物	
27	金	・可燃物	
		・不燃物	
		・可燃物	
		・不燃物	
		・可燃物	

28	土		
29	日	◎瀬ノ口医院(内・消)	☎25-5155(姫城町)
		◎富田医院(内・小)	☎23-4586(栄 町)
		◎あきづき医院(内・心内)	☎36-0534(上水崎町)
		◎野口脳神経外科(脳外科)	☎47-1800(太郎坊町)
		◎とまり内科外科胃腸科(内・外・胃)	☎52-1135(三股町)
30	月	◎ふたみ眼科(眼)	☎38-5532(都北町)
		・不燃物	・図書館休館日
		・可燃物	
		・不燃物	
		・可燃物	

◎ 2月の予定

1	水		
2	木	・缶・びん	
3	金	・可燃物	
4	土		
5	日	◎山内小児科(小)	☎22-0048(上 町)
		◎しげひらクリニック(内)	☎27-5555(神之山町)
		◎佐々木医院(内)	☎62-1103(高崎町)
		◎仮屋外科(外・胃・内・肛門)	☎25-7712(志比田町)
		◎姉川医院(皮・泌)	☎22-2205(小松原町)
6	月	◎吹上耳鼻科(耳鼻)	☎21-4133(鷹 尾)
		・不燃物	・図書館休館日
		・可燃物	
		・不燃物	
		・可燃物	
7	火	・可燃物	
		・不燃物	
		・可燃物	
		・不燃物	
		・可燃物	
8	水	・可燃物	
		・不燃物	
		・可燃物	
		・不燃物	
		・可燃物	
9	木	・可燃物	
		・不燃物	
		・可燃物	
		・不燃物	
		・可燃物	
10	金	・可燃物	
		・不燃物	
		・可燃物	
		・不燃物	
		・可燃物	
11	土	◎村上クリニック(循・内)	☎25-2700(宮丸町)
		◎黒松病院(内)	☎38-1120(金田町)
		◎海老原内科(内・小)	☎64-1211(山田町)
		◎西平外科(外・胃)	☎25-5551(久保原町)
		◎花房医院(泌)	☎25-1177(北原町)
12	日	◎くぼた眼科(眼)	☎26-3100(南鷹尾町)
		・図書館休館日	
		・可燃物	
		・不燃物	
		・可燃物	
13	月	◎柳田病院(小・内)	☎22-4862(東 町)
		◎下長飯クリニック(外・内)	☎39-0800(下長飯町)
		◎坂田医院(内・消・胃)	☎51-2003(三股町)
		◎橋病院(整)	☎23-7236(中 町)
		◎はまだクリニック(外・胃・肛)	☎45-2266(祝吉町)
14	火	◎西元眼科(眼)	☎25-8888(中原町)
		・不燃物	・図書館休館日
		・可燃物	
		・不燃物	
		・可燃物	
15	水	・可燃物	・図書館休館日
		・不燃物	
		・可燃物	
		・不燃物	
		・可燃物	
16	木	・可燃物	
		・不燃物	
		・可燃物	
		・不燃物	
		・可燃物	



◎赤の皿 小松菜と鶏肉のカレー炒め

【主菜2つ(SV) 副菜1つ(SV)】220キロカロリー 塩分1.3グラム

材 料 鶏胸肉…60グラム、小松菜…80グラム、酒…小さじ1/2、塩…小さじ1/4、片栗粉…大さじ1/2、油…大さじ1/4、カレー粉…小さじ1/2、マヨネーズ…大さじ1/2

作り方 ①鶏肉は一口大のそぎ切りにして酒と塩で下味を付けておく。②小松菜は3センチ長さに切っておく。③フライパンを熱し肉を炒める。両面に焼き色をついたら火を弱め、フタをして蒸し焼きにする。④小松菜を入れて炒め合わせ、カレー粉とマヨネーズを入れて、全体に絡まったらできあがり。

◎白の皿 りんご甘酒

【果物1つ(SV)】98キロカロリー 塩分0グラム

材 料 リンゴ(小)…1/2コ、ショウガ(すりおろす)…少々、酒かす…15グラム、レモン汁…少々、シナモン(好みで)…少々

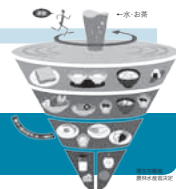
作り方 ①リンゴをすりおろし、レモン汁と少々ショウガと小さく切った酒かすを入れて 混ぜながら火にかける。②酒かすが溶けたら火を止める。好みでシナモンをふる。

◎緑の皿 カリフラワーのチーズあえ

【副菜1つ(SV) 牛乳1つ(SV)】170キロカロリー 塩分0.6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

1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。

● 町県民税(4期)

● 国民健康保険税(7期)

※口座振替は1月25日(水)が振替日です。再振替は行っていない。24日(火)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。

「納税相談」ご利用ください

● 納税管理係(内線144・145)

税金は納付期限内に納めるのが原則ですが、思わぬ事故

・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 ・たばこは町内で買ひしょう

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。

1月の旬食材…小松菜

カロテンやビタミン・ミネラル類の含有量は野菜の中でもトップクラスの野菜。特に、カルシウムが豊富です。アクが少ないので、下ゆでせずにそのまま調理できます。 ※材料はすべて1人分です。

材 料 カリフラワー(小)…1/8株、ウインナー…1本、クリームチーズ…25グラム、牛乳…小さじ1、塩・コショウ…少々

作り方 ①カリフラワーは小房に分ける。②ウインナーは幅1センチの斜め切りにする。③クリームチーズは常温で柔らかく戻し、牛乳と塩コショウを混ぜる。④熱湯でカリフラワーをゆで、直前にウインナーを入れてさっと火を通し、ざるにあげる。⑤水気をきって熱いうちにクリームチーズとあえる。

◎緑・白の皿 みぞれ汁

【副菜1つ(SV)】48キロカロリー 塩分1.6グラム

材 料 大根…80グラム、なめこ…1/4袋、シイタケ…1枚、細ネギ…2本、おろしショウガ…少々、だし汁…100cc、酒…小さじ1、みりん…小さじ1、塩…小さじ1/5、しょうゆ…小さじ1/2

作り方 ①大根はおろす。シイタケは薄切り、なめこはさっと水洗いする。②だし汁を温め調味する。シイタケを入れて一煮立ちしたら残りの具を入れて温める。③沸騰したら火を止め、小口に切ったネギを散らす。

◎黄の皿 ごはん 100グラム

【主食1つ(SV)】168キロカロリー 塩分0グラム

